

УДК 37

ДИАГНОСТИКА И КОРРЕКЦИЯ ТРЕВОЖНОСТИ У РЕБЕНКА В СЕМЬЯХ С ПОВТОРНЫМ БРАКОМ

Костюкова Е.М., Данилова Т.Н.

ГБУ ВОРК «Крымский инженерно-педагогический университет»

E-mail: katena.kostyukova.93@mail.ru

Данная работа посвящена изучению особенностей диагностики и коррекции тревожности у ребенка в семьях с повторным браком. На основании изученных теоретических и практических материалов в статье предложены рекомендации по коррекции детской тревожности.

Ключевые слова: тревожность, семья, развод, ребенок, коррекция.

DIAGNOSTICS AND CORRECTION OF ANXIETY FOR CHILD IN FAMILIES WITH REMARRIAGE

Kostyukova E.M., Danilova T.N.

Hired sanctified to the study of features of diagnostics and correction of anxiety for a child in families with remarriage. On the basis of the studied theoretical and practical materials in the article recommendations are offered on the correction of child's anxiety.

Keywords: anxiety, family, divorce, child, correction.

Постановка проблемы исследования. Тема взаимоотношений детей и родителей, а также психология человека по поведению в настоящее время приобретают все большую актуальность. Проблема отношений между родителями и детьми в семьях с повторным браком, отличается сложностью, а порой и парадоксальностью. Под сложностью подразумевают скрытый, интимный характер человеческих отношений, который не терпит агрессивного «внешнего» вмешательства. Что же до парадоксальности, многие родители не обращают на данную проблему внимания. Игнорирование важной проблемы отношений с детьми в большинстве случаев продиктовано нежеланием родителей налаживать контакт со своими детьми, либо же отсутствием источников психолого-педагогической информации.

Во многих случаях конфликтные ситуации между родителями сказываются на психическом состоянии детей – они ощущают чувство вины за конфликты и опасаются стать их причиной. Все это, как правило приводит к повышенной тревожности ребенка, которая крайне негативно сказывается на его развитии. Тревожность ребенка может выражаться в повышении раздражительности, утомляемости, плаксивости, истощении активного внимания. Также могут отмечаться и вегетососудистые расстройства в виде головных болей, поверхностного сна, обмороков, повышения потливости ладоней, а также снижения аппетита.

Целью данной статьи является теоретическое исследование вопроса диагностики и коррекции тревожности у ребенка в семьях с повторным браком.

Анализ литературы. Вопросы, посвященные проблеме детской тревожности, возникшей вследствие сложных детско-родительских отношений в повторно-брачных семьях, рассматривались учеными на протяжении всего развития психологической науки и практики. В отечественной психологии исследованиями в этой области занимались ученые В.С. Мухина, Т.А. Репина, М.С. Лисина, Л.И. Божович, Л.С. Выготский, И.В. Дубровина, А.Н. Леонтьев и многие другие [6].

Изложение основного материала. Как известно, Семья, образующаяся в повторном браке, характеризуется более сложной картиной развития, в отличие от семьи первого брака. В случае повторного брака пересекаются две линии развития семьи. Трудности установления отношений детей с новыми супругами родителей определяются сохранением старой эмоциональной привязанности к родителю, проживающему отдельно и чувством ревности к новому супругу, претендующему на любовь и внимание родителя, заключившего повторный брак. Как утверждают психологи, второй брак родителя для ребёнка часто является даже более стрессовым, чем развод (особенно повторный брак отца). Для ребенка станет большой путаницей установление, определение уровня родства с новым родителем, родственной структуры, социальной роли. Важно помочь ребёнку расставить всё по своим местам. Стоит также избегать насильственного перетягивания ребёнка после развода на свою сторону. Это может вызвать в нём чувство вины и другие отрицательные эмоции. Одна из основных проблем семей повторного брака – детская тревожность.

Тревожность – это сложное сплетение чувств, индивидуальная психологическая особенность, выявляющаяся в склонности человека впасть в состояние беспокойства, испытывать тревогу и страх в различных ситуациях, и даже в тех, которые никак не располагают к возникновению подобных эмоций [2].

Ребёнок может бояться или тревожиться в определённых жизненных обстоятельствах, прямо или косвенно провоцирующих к этому. Что вполне закономерно. Такая продуктивная, адекватная тревожность называется *ситуативной*. Именно такой тип тревожности доминирует у детей из повторно брачных семей.

Во время семейных конфликтов, и таких глобальных изменений в укладе семьи, как повторный брак, ребёнок начинает чувствовать себя лишним. Родители решают свои, взрослые вопросы, при этом проблемы и внутренние переживания ребенка остаются незамеченными и неразрешёнными [1]. Вследствие этого появляется нарастающее беспокойство и страх, чем дольше длится такая ситуация, тем тревожность ребенка становится сильнее.

С возрастом, если вовремя не принять меры по её преодолению, тревожность, как укоренившая черта характера, сформирует соответствующие установки и взгляды на жизнь, окрашивая мир подрастающего ребенка совсем не в яркие, радостные тона.

Повышенная тревожность негативно влияет на развитие у ребёнка творческого мышления. Он постоянно боится сделать что-то не так. Страх не вписаться в общепринятые рамки и понятия мешает ему экспериментировать и внедрять в жизнь что-то новое. Самоуничижительное отношение к себе, к своим достоинствам и способностям, пессимистический настрой, нерешительность, инфантилизм, отсутствие авторитета среди сверстников, страх, нередко порождающий защитные реакции в виде замкнутости или агрессии – все это может стать результатом повышенной тревожности ребенка [3].

Борьба с искоренением повышенной тревожности ребенка – очень важный этап в формировании его личности, и родители должны подходить к этому вопросу с полной серьезностью и ответственностью. Многие исследования показывают, что большая часть взрослых фобий была сформирована в детстве и, в частности, в раннем его периоде.

Один из основных способов узнать то, о чем ребенок думает и что он чувствует, – это рисование. Картинка, нарисованная ребенком, выступает в роли своеобразного зеркала и демонстрирует его увлечения, интересы, характер и его переживаний. Рисуя объект своей боязни, ребенок начинает меньше тревожиться и преодолевает свои страхи. Если кошмар нарисован, он воспринимается как свершившийся факт, то есть перестает быть опасным. Поэтому арт-терапия считается одним из самых эффективных средств диагностики страхов и тревожности у детей из семей с повторным браком.

Методы коррекции тревожности у детей в семьях с повторным браком подбираются в зависимости от причин её возникновения. Обычно, это не один какой-то приём, а целая система мероприятий, которые проводятся в тесном сотрудничестве родителей с детским психологом и психотерапевтом.

Рассмотрим основные мероприятия, направленные на коррекцию детской тревожности. Прежде всего, психологи советуют родителям пересмотреть своё отношение к ребёнку и взаимоотношения в семье в целом. Если родители слишком опекали ребенка, то необходимо предоставить ему больше свободы. Если же были слишком строги и требовательны, то крайне необходимо смягчить отношение к ребенку, особенно если чрезмерное давление оказывалось со стороны неродного родителя. Если же повышенная тревожность спровоцирована чрезмерной занятостью родителей, которые занимались решением своих проблем, позабыв о том, что у ребенка они тоже могут быть, необходимо постараться наверстать упущенное, создав дома атмосферу любви и взаимопонимания [5].

Для коррекции тревожности у детей дошкольного возраста очень успешно используются такие методики, как сказкотерапия, арттерапия, песочная терапия. С помощью этих методов психологи не только диагностируют, но и раскрывают саму суть проблемы. И, отталкиваясь от полученных результатов, дают ребенку и его родителям ключи к её решению. Не смотря на кажущуюся несерьёзность этих методик, они считаются мощными инструментами в борьбе с повышенной тревожностью детей в семьях с повторным браком [4].

Также многие психологи рекомендуют завести ребенку домашнего питомца: кота, собаку, хомячка, попугая. Не важно, какая зверушка это будет. Главное, чтобы ребенку было кого опекать, оберегать, ласкать. Очень хорошо, если ребёнок возьмёт на себя обязанности по уходу за своим питомцем. Это позволит значительно повысить самооценку ребенка и сделает ребенка более уверенным в себе. Отвлечёт от страхов и тревог.

В отдельных случаях психотерапевт может порекомендовать родителям ребенка релаксационные процедуры, дыхательную гимнастику, массаж и даже медикаментозное лечение. Его рекомендации будут зависеть от того, насколько высок уровень тревожности ребёнка.

Выводы. Подводя итог, следует отметить, что тревожность ребенка в семьях с повторным браком, может отразиться на всех сферах жизнедеятельности ребенка, заметно ухудшая его самочувствие и осложняя отношения с окружающим миром. В переживаниях тревожных детей, связанных с семьей, выраженными оказываются чувства собственной зависимости и вины и невыраженным — чувство защищенности. Для коррекции тревожности, вызванной в результате значительных перемен и психологической нагрузки в семье, вполне возможно создать благоприятные условия для преодоления развития высокого уровня тревожности в детском возрасте. Дети от предыдущих браков, плохо воспринимают развод родителей и вхождение в семейный круг нового человека, поэтому ребенок должен чувствовать любовь обеих родителей, которые в свою очередь должны осуществлять равноценные вклады в его воспитание. Одним из направлений коррекции детской тревожности считается организация деятельности детей в соответствии с их интересами и увлечениями. Конечно же, сейчас существуют и другие направления и методические приемы коррекции отклонений в поведении детей, а именно внушение, сказкотерапия, музыкотерапия, арт-терапия, игротерапия и другие.

Список литературы

1. Абрамова, Г. С. Возрастная психология: Учебник для студентов вузов / Г. С. Абрамова. – М., Академический Проект, 2013. – 323 с.
 2. Баркан, А. И. Практическая психология для родителей, или Как научиться понимать своего ребенка / А. И. Баркан. – М., АСТ-ПРЕСС, 2015. – 234 с.
-

3. Жигарькова, О. Время тревожных детей // Психологическая газета. – 2016. – № 11. – с. 6 – 7.
 4. Кряжева Н. Л. Мир детских эмоций. Дети 5-7 лет. – Ярославль: Академия развития, 20145. – 207 с.
 5. Спиваковская, А. Психотерапия: игра, детство, семья. Т. 2. / А. Спиваковская. – ЭСКМО-Пресс, 2010. – 430 с.
 6. Урунтаева Г. А. Дошкольная психология: Учеб, пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений. - 5-е изд., стереотип. - М.: Издательский центр «Академия», 2011. - 336 с.
-