

# Сімейне виховання- запорука психічного здоров'я дитини

Першим університетом життя для дитини є сім'я, в якій народилася дитина. Основне батьківське завдання - виростити зрілу та відповідальну людину. І які б якості батьки не намагалися розвивали в дитині, головне - будувати виховання на любові.

Існує безліч різних стилів сімейного виховання. Розуміння того, який стиль підходить саме вам, дозволить створити позитивну атмосферу, що сприяє особистісному зростанню, емоційному та інтелектуальному розвитку дитини.

## Стилі виховання дітей.

Стилі виховання в сім'ї традиційно розділяються на гіперопіку, авторитарний, ліберальний і демократичний. Кожен із цих стилів виховання по-своєму впливає на самооцінку дітей.

### Надмірна опіка (гіперопіка).

Цей стиль характеризується надмірним піклуванням, попередженням активності, бажанням зробити все за дитину.

З раннього дитинства діти дуже прив'язані до батьків. По мірі зростання самостійності, і, особливо, в перехідному віці, ця залежність починає дитину обтяжувати. Погано, якщо дітям не вистачає батьківської любові, але надмірна опіка також шкодить дитині, а батьки інколи плутають любов і опіку. Батьки звикли до своєї дитини і не схильні помічати вікових психологічних змін, що відбуваються з нею. Вона виросла, змінилася, а люблячі батьки все ще бачать її такою, якою вона була декілька років тому, причому власна думка їм здається беззаперечною. Підлітки, навпаки, набувають критичного ставлення до батьків, вони починають чинити опір. А це часто ображає батьків «Я живу заради дітей», - заявляють батьки. Але при ретельному аналізі виявляється, що фактично буває так, батьки живуть не заради дітей, а скоріше за їх рахунок. Багато з них відносяться до своїх дітей зверхньо, висмоктуючи з них усі «соки». Спілкуючись із дитиною вони можуть відчувати себе великими начальниками.

Завдання дорослого – попередити, застерегти, пояснити, вказати на можливі наслідки, але дати можливість дитині діяти самостійно, здійснювати свій власний вибір. Тоді, навіть зробивши помилку, дитина навчиться думати, відповідати за свої вчинки, за себе, бути самостійною.

### Авторитетний (демократичний) стиль виховання (високий рівень контролю та теплі стосунки)

Особливістю цього стилю взаємин є тверде, послідовне і водночас гнучке виховання. Батьки завжди пояснюють мотиви своїх вимог, заохочують їх обговорення з підлітком; влада використовується лише в міру необхідності; у дитині цінується як слухняність, так і незалежність; батьки встановлюють правила і твердо втілюють їх у життя, вони прислухаються до думки дитини, хоч і не діють виключно відповідно до її бажань.

Авторитетний стиль — самий дисциплінований стиль виховання. Авторитетні батьки беруть на себе відповідальність за своїх дітей, їх поведінку і дії, поки діти не досягнуть емоційної зрілості. Діти, виховані авторитетними батьками, в подальшому житті досягають найбільших успіхів, вони стають самостійними, відповідальними і впевненими в собі людьми. **ВОНИ ДОБРЕ ВЧАТЬСЯ В ШКОЛІ ТА МАЮТЬ ВИСОКУ САМООЦІНКУ.** Завдяки турботі

авторитетних батьків, їх увазі до життя і потребам дитини, він не тільки прагне їм догодити, але й отримує загальний напрямок для подальшого розвитку і особистісного зростання.

## **Авторитарний стиль виховання**

### **(ВИСОКИЙ РІВЕНЬ КОНТРОЛЮ, ХОЛОДНІ СТОСУНКИ)**

Авторитарний стиль виховання - це стиль, при якому батьки недооцінюють позитив, який є в їхніх дітях і віддають перевагу контролю. Цей спосіб виховання іноді пов'язують з агресивно-командним впливом батьків. Авторитарні батьки намагаються з раннього віку прищепити дитині страх і дисципліну. Цей стиль виховання орієнтований на покарання, а не на заохочення. Він може негативно вплинути на самооцінку дитини і перешкоджає його повноцінному розвитку. Авторитарні батьки прагнуть контролювати всі сфери життя дитини. Діти з авторитарних сімей практично не мають прав і позбавлені свободи дій.

Насправді авторитарні батьки – не обов'язково диктатори й деспоти, вони можуть бути дуже люблячими і ніжними, але у стосунках з дитиною на перше місце, ставлять свою потребу бути поруч, контролювати життя дитини, приймати за неї рішення. З одного боку, це забезпечує певний психологічний комфорт: можна менше хвилюватися за дитину, не боятися, що вона наробить помилок. Але з іншого боку, надмірний батьківський контроль унеможливує розвиток самостійності підлітка: він не може навчитися ініціативності, відповідальності, наполегливості, самоконтролю. Адже самоповага і впевненість у собі формуються лише за умови, що людина має можливість сама поставити собі мету й досягти її самостійно

### **ДІТИ У ТАКИХ БАТЬКІВ ВІДЛЮДНІ, БОЯЗКІ, ПОХМУРИ, НЕВИБАГЛИВІ, ДРАТІВЛИВІ., ДІВЧАТА НАЙЧАСТІШЕ ЗАЛИШАЮТЬСЯ ПАСИВНИМИ І ЗАЛЕЖНИМИ. ХЛОПЦІ МОЖУТЬ СТАТИ НЕКЕРОВАНИМИ І АГРЕСИВНИМИ.**

Для того, щоб зберегти стосунки зі своїми дітьми і підтримувати їх упевненість у собі й самостійність, необхідно обмежити зону свого контролю, поступово передаючи підліткам відповідальність за їхні дії та вчинки. Це може бути досить серйозним психологічним випробуванням для батьків: адже дитина може наробити помилок, які доведеться потім виправляти. Наприклад, рішення підлітка піти до басейну може призвести до його застуди, лікування, ускладнень. Але якщо не пустити його, то наслідки можуть бути ще гіршими: і для стосунків з батьками (образ, недовіра, спроби приховувати від дорослих свої наміри) і для авторитету підлітка серед товаришів (підлітки зневажливо ставляться до однолітків, які підкорюються дорослим), і для самооцінки особистості (неможливість відстояти своє рішення інтерпретується дитиною як нерішучість, слабкість волі або як відсутність поваги, нерозуміння з боку сім'ї).

Щоб зберегти психологічний контакт із старшокласниками, батьки повинні враховувати дорослішання дітей, відмовляючись від авторитарних методів виховання, навіть якщо вони здавалися раніше успішними.

## **Ліберальний стиль виховання**

### **(НИЗЬКИЙ РІВЕНЬ КОНТРОЛЮ, ТЕПЛІ СТОСУНКИ)**

Ліберальні батьки прагнуть дати своїм дітям усе найкраще, намагаються у всьому їм догодити. Ліберальний стиль виховання характеризується наданням повної самостійності дітям. Батьки цього типу готові поступатися вимогам дитини з ранніх років і з готовністю потурають будь-яким його примхам, не пред'являючи до нього практично ніяких вимог. Головною фігурою у відносинах «батьки — дитина» є дитина, а не батьки.

Ліберальні батьки, як правило, керуються благими намірами, але їх зусилля можуть призвести до прямо протилежних наслідків. Більшість з нас хоча б один раз зустрічалися з дітьми ліберальних батьків — вони безвідповідальні і інфантильні, вважають, що оточуючі

їм зобов'язані, не люблять і не вміють працювати. Словом, це розпещені діти, **СХИЛЬНІ ДО НЕСЛУХНЯНОСТІ АГРЕСИВНОСТІ. В ПРИСУТНОСТІ ЛЮДЕЙ ПОВОДЯТЬ СЕБЕ НЕАДЕКВАТНО ТА ІМПУЛЬСИВНО**

Отже, надання підліткам надмірної свободи так само небезпечно для становлення їх особистості, як і надмірне її обмеження.

## **Індиферентний стиль виховання (НИЗЬКИЙ РІВЕНЬ КОНТРОЛЮ ХОЛОДНІ СТОСУНКИ)**

На жаль, багато батьків практикують індиферентний стиль виховання, часто навіть не підозрюючи про це. Індиферентні батьки просто ... індиферентні. Вони не беруть участі у житті дитини, не цікавляться його потребами. Діти в таких сім'ях, як правило, ростуть самотніми і замкненими, або ж агресивними і некерованими. Діти, виховані індиферентними батьками, часто стають алкоголіками, наркоманами, гвалтівниками або злочинцями.

### **Як знайти золоту середину**

Не кожен стиль виховання підходить для вашої родини і для вашої дитини. Може виявитися, що ваша дитина від природи дисциплінований, але для розвитку йому потрібно теплота і турбота. Або ж ваша дитина, навпаки, потребує дисципліни і чіткій структурі, йому потрібен порядок, щоб відчувати себе в безпеці. Перш ніж вибирати стиль виховання, батьки повинні зрозуміти, які цінності вони можуть і хочуть передати дитині, чого від нього чекають, і який у вашому уявленні повинна бути ідеальна сім'я.