

Психологічні аспекти психічного здоров'я дітей

Проблема психічного здоров'я завжди привертала увагу багатьох дослідників із різних галузей науки: медиків, психологів, педагогів, філософів та ін.

На даний час існує багато підходів до розуміння і вирішення цієї проблеми. Сам термін «психічне здоров'я» неоднозначний.

У медичній літературі і в медичній практиці термін «психічне здоров'я» широко вживається. При цьому стан психічного здоров'я пояснюється умовами психосоціального розвитку дітей.

Вперше термін «психічне здоров'я» був введений Всесвітньою організацією охорони здоров'я (ВООЗ).

Основною умовою нормального психосоціального розвитку визнається спокійна і доброзичлива обстановка, яка створюється завдяки постійній присутності батьків або заміщаючих їх осіб, які уважно ставляться до емоційних потреб дитини, розмовляють і грають з ним, підтримують дисципліну, здійснюють необхідне спостереження і забезпечують матеріальними засобами, необхідними сім'ї. В той же час слід надавати дитині більше самостійності і незалежності, давати їй можливість спілкуватися з іншими дітьми і дорослими поза домом і забезпечувати відповідні умови для навчання. [2]

Експерти ВООЗ на основі аналізу результатів численних досліджень в різних країнах видзначають, що порушення психічного здоров'я набагато частіше відзначаються у дітей, які страждають від недостатнього спілкування з дорослими і їх ворожого ставлення, а також у дітей, які ростуть в умовах сімейного розладу. Ці ж дослідження виявили, що порушення психічного здоров'я у дитинстві мають дві важливі характерні риси:

- по-перше, вони представляють собою лише кількісні відхилення від нормального процесу психічного розвитку;

- по-друге, багато їх прояв можна розглядати як реакцію на специфічні ситуації. Так, діти часто відчують серйозні труднощі в одній ситуації, але успішно справляються з іншими ситуаціями. Наприклад, у них можуть спостерігатися порушення поведінки в дитячому саду, а вдома вони поведуться нормально, або навпаки. [2]

У психологічну літературу поняття психічного здоров'я ввійшло порівняно недавно. Майже у всіх психологічних словниках терміну «психічне здоров'я» немає. Лише в словнику під редакцією А.В. Петровського та М. Ярошевський [5] зроблена спроба визначити це поняття з точки зору психології. Психологічне здоров'я розглядається в словнику як стан душевного благополуччя, що характеризується відсутністю хворобливих психічних явищ і забезпечує адекватну умовам навколишньої дійсності регуляцію поведінки і діяльності.

У ряді психологічних робіт психічне здоров'я співвідноситься з переживанням психологічного комфорту і психологічного дискомфорту. Психологічний дискомфорт виникає в результаті фрустрації потреб дитини, яка приводить до депривації.

Психологічний аспект психічного здоров'я передбачає увагу до внутрішнього світу дитини: до його впевненості або невпевненості в собі, в своїх силах, розуміння ним своїх власних здібностей, інтересів; його відношенню до людей, навколишнього світу, що відбувається суспільних подій, до життя як такого та ін. [1]

У дошкільному дитинстві фактично складається особистість, самосвідомість і світовідчуття дитини. Ці процеси в першу чергу обумовлені загальним психічним розвитком, формуванням нової системи психічних функцій.

У психологічній літературі виділено, і проаналізовано чинники, що впливають на психічне здоров'я дитини і,

зокрема, на виникнення невротичних реакцій. Більшість з цих факторів носять соціально-психологічний, соціально-культурний та соціально-економічний характер.

Соціально-культурний характер чинників, які здатні чинити несприятливий вплив на психічне здоров'я, обумовлено прискоренням темпу сучасного життя, дефіцитом часу, недостатніми умовами для зняття емоційної напруги і для розслаблення. Наслідком цього є надмірна завантаженість батьків, їх невротизація, поява безлічі особистісних проблем в поєднанні з недостатньою поінформованістю про шляхи вирішення внутрішньоособистісних конфліктів і т.п. Подібна особистісна дисгармонія батьків знаходить своє відображення в розвитку дітей і робить негативний вплив на їх психіку.

До соціально-психологічних факторів, що впливають на психічне здоров'я дітей, психологи відносять перш за все такі, як дисгармонія сімейних відносин і дисгармонія сімейного виховання чи порушення у сфері дитячо-батьківських відносин [4].

Психічне здоров'я або хвороба дитини нерозривно пов'язані із стилем батьківського виховання та залежить від характеру взаємовідносин батьків і дітей. [3]

Проблема збереження психічного здоров'я дітей та профілактики його порушень є предметом уваги фахівців різних областей: медиків, педагогів, психологів. Однак не менш важлива роль, якщо не основна, в її вирішенні належить батькам.

Список використаної літератури

1. Андреева А.Д., Вохмянина Т.В., Воронова А.П., Чуткина Н.И. /под ред. Дубровиной М.В./. Руководство практического психолога. Психическое здоровье детей и подростков.- М., 2005.

2. Доповідь Комітету експертів Всесвітньої організації

охорони здоров'я (ВООЗ) 1979 року: Психічне здоров'я і психосоціальний розвиток дітей./ Журнал "Питання психології".- 1996.- № 2.

3. Захаров А.И. Происхождение и психотерапия детских неврозов.- СПб.: Каро. 2006.

4. Захаров А.И. Предупреждение отклонений в поведении ребенка. СПб., 2000.- 224 с.

5. Петровский А.В., Ярошевский М.Г., Психологический словарь.- М., 1990.- 494 с.