

УДК 740

ФОРМИРОВАНИЕ ПСИХОСОМАТИКИ ДЕТЕЙ В СЕМЬЕ

Н.В. Стрекачева¹, К.В. Мальцева²

¹ практический психолог, ² педагог-психолог

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение № 19 (Ростов-на-Дону), Россия

***Аннотация.** В статье рассматривается актуальная ситуация состояния здоровья детей в современном обществе, анализируются причины появления психосоматических нарушений у детей в связи с сложившимися детско-родительскими отношениями в семье, дается характеристика дисфункциональной семьи, определяются способы профилактики формирования психосоматики детей.*

***Ключевые слова:** психосоматика детей, дисфункциональная, деструктивная семья, детско-родительские отношения, психосоматические нарушения, профилактика психосоматических заболеваний.*

В современном мире все большую актуальность приобретает тема формирования психосоматики детей в семье как источника соматизации общества в целом. Внимание к психологической литературе по этой теме, огромное число тренингов, вебинаров, открытие психологических центров психосоматической направленности и вообще интерес человечества к взаимосвязи психики и телесных проявлений болезни ставят эту проблему на пьедестал фундаментальности. Фраза «все болезни из детства» нам очень знакома и имеет под собой абсолютно реальную основу.

К рассмотрению любого психосоматического заболевания мы подходим комплексно, изучая все факторы, которые к конкретному заболеванию могли привести. Это и наследственная предрасположенность, тип нервной деятельности, наличие психотравмирующих событий, функциональное состояние человека в ситуации стресса, условия развития и формирования человека в семье.

Человек – существо социальное, поэтому условиям, в которых происходит адаптация организма ребенка к внешнему миру и непосредственное его психическое и физиологическое формирование, уделяется первостепенное внимание.

Большинство психосоматических нарушений детей связано с дисфункциональной семьей.

Дисфункциональная семья – это деструктивная семейная система, которая характеризуется закрытостью, эмоциональной дистантностью, достаточно жесткими правилами, отсутствием уважения, личностных ценностей, а также условий для удовлетворения потребностей членов семьи в личностном и духовном росте, в самоактуализации. В такой семье возникающие проблемы не обсуждаются, скрываются от других людей, но и внутри семьи не разрешаются адекватным способом. Как результат, мы имеем психологические проблемы, накопление напряженности, ряд комплексов и соматизацию.

Конечно, мы понимаем, что дисфункциональная семья не появляется из ниоткуда. Можно выделить ряд факторов, способствующих формированию таких семей.

Социальный фактор, который подразделяется на ряд подфакторов: экономически окрашенный – характеризуется материальным неблагополучием, отсутствием хороших условий проживания; демографически окрашенный – большей частью это так называемые неполные и многодетные семьи, повторные браки со сводными или усыновленными детьми, семьи, проживающие вместе с пожилыми родителями; медико-клинический – когда мы имеем семью с хроническими заболеваниями, вплоть до инвалидизации; экологически окрашенный – вредные условия труда членов семьи, а также проживание в неблагоприятных экологических условиях. Криминальный фактор – это прежде всего аморальный образ жизни членов семьи, жестокое обращение, алкоголизм и наркомания. К отдельному социально-психологическому фактору, который вливается во все вышеуказанные, относятся семьи с отсутствием педагогической грамотности, с деформированными ценностями, деструктивными и конфликтными отношениями членов семьи.

Говоря о формировании психосоматики детей в семье, нельзя не упомянуть о тесной взаимосвязи матери и ребенка. Известно, что эмоциональное состояние матери имеет огромное значение для ребенка. И здесь важно все, начиная от состояния мыслей и эмоций женщины, которая хочет стать

матерью, ее готовности к беременности и родам, взаимоотношений с близкими людьми, как протекает беременность до непосредственного общения матери с ребенком.

Мысли женщины о несвоевременности беременности, страх собственно родов, гормональная перестройка и связанные с ней эмоциональные колебания, невнимание со стороны мужчины, обиды, ревность, конфликты с родственниками – все это ребенок чувствует и трансформирует в своем подсознании в психосоматическую программу. В результате он рождается с уже ослабленной иммунной системой и закономерно начинает чаще других болеть. Мама не просто влияет на отношение ребенка к миру, она формирует у него язык тела. Психосоматизированная мама со своей высокой тревожностью, сверхвключенностью, авторитарностью, неразрешенными внутренними конфликтами, навязчивостью и недоверием миру передает своему ребенку все это наследство.

К основным заболеваниям, связанным с психосоматикой, официальная медицина относит простудные заболевания, ангины, бронхиты, дерматиты, кишечные расстройства, диабет I типа, онкологию, что также подтверждается психологической практикой. Часто ребенок, страдающий ринитами, затрудненным дыханием вплоть до астматической симптоматики, в семье чувствует на себе чрезмерную опеку взрослых или завышенные требования. Хронические ангины – это практически всегда невысказанность ребенка, что-то или кто-то мешает ему это делать, формируя мучительное чувство вины и стыда. Но во всех случаях психосоматические заболевания детей выступают и как способ адаптации к среде, и как негативный фактор развития. Болезни детей напрямую отражают поведение и образ мыслей родителей.

Статистика показывает, что примерно у 75-77 % детей из конфликтных дисфункциональных семейных систем диагностируются психосоматические заболевания, а частота психосоматических расстройств у детей в практике педиатров составляет от 20 до 60 %, и это только среди тех, кого родители привели на прием к врачу. А сколько детей остаются без должного внимания к формирующимся заболеваниям и психическому развитию в ситуации, когда семья игнорирует эмоциональное состояние ребенка, степень удовлетворения его потребностей и в силу ряда причин не видит необходимости пересмотра концепта детско-родительских отношений в сторону учета позиции ребенка.

Таким образом, в современном обществе формируется первостепенная задача создания всех необходимых условий для формирования оптимальных детско-родительских отношений, основанных на принципах адекватности, гибкости, экологичности и эффективной прогностичности.

Детско-родительские отношения – это основная личностная, социальная, нравственная детерминанта психического и биологического развития ребенка. Поэтому информирование родителей, пропаганда построения в семье доверительных отношений, создание такой атмосферы, в которой ребенок не боится говорить со взрослыми, делится со значимыми для него людьми своими чувствами и переживаниями, страхами и обидами, является одной из важных задач профилактики психосоматических заболеваний. Ведь детство – это фундамент как для формирования проблем и болезней, так и основа гармоничной жизненной программы.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Дмитриева, Н.Ю. Детская психосоматика. Почему болеют наши дети? / Н.Ю. Дмитриева. – Ростов н/Д: Феникс, 2017. – 152 с.
2. Малкина-Пых, И.Г. Психосоматика: справочник практического психолога / И.Г. Малкина-Пых. – М.: Эксмо, 2008. – 563 с.
3. Старшенбаум, Г.В. Психосоматика и психотерапия. Исцеление души и тела / Г.В. Старшенбаум. – М.: Феникс, 2014. – 350 с.
4. Состояние здоровья детей в России: неутешительная статистика // [Электронный ресурс]. URL: http://www.gks.ru/free_doc/doc_2017/zdrav17.pdf (дата обращения 27.09.2018)

Материал поступил в редакцию 28.09.18.

FORMATION OF CHILDREN'S PSYCHOSOMATICS IN FAMILY

N.V. Strekacheva¹, K.V. Maltseva²

¹ Practical Psychologist, ² Educational Psychologist
Pre-School Educational Institution No. 19 (Rostov-on-Don), Russia

Abstract. *In this paper the relevant situation of the children's health in modern society is considered, the reasons of emergence of psychosomatic violations in children in connection with the developed child-parental relations in family are analyzed, the characteristic of dysfunctional family is given, ways of prevention of children's psychosomatics formation are determined.*

Keywords: *psychosomatics of children, dysfunctional, destructive family, child-parental relations, psychosomatic violations, prevention of psychosomatic diseases.*