

«Психологічний захист дітей в умовах соціальних конфліктів»

*Практичний психолог
Абраменко І. К.*



В процесі спілкування та взаємодії дитина розв'язує дві задачі: забезпечує свої стосунки із групою, в яку вона входить (на правах її учасника); усвідомлює

свої внутрішньоособистісні протиріччя, що обумовлюють труднощі при спілкуванні.

В залежності від ситуацій, що складуються в групі та учасників цього колективу у кожної дитини формується психологічний захист. Характерним середовищем для виникнення різновидів психологічного захисту є конфліктні, стресові, незрозумілі, неочікувані дитині ситуації. (тобто ситуації, в яких дитина раніше не була та не має будь-якого досвіду поводження в такій ситуації). Цей психологічний захист розглядається як крайній засіб збереження суб'єктом (тобто дитиною) своєї душевної рівноваги. В цьому разі відбувається протиріччя між усвідомленням дитиною що в її житті відбулося щось ганебне, принизливе і її підсвідомим бажанням «відмінити» те, що сталося, або хоча б висвітлити всі події в більш сприятливому для себе світі. Тобто, найголовнішим в дії психологічного захисту є зниження суб'єктивної значущості травмуючого факту.

Психологічний захист проявляється не тільки в разі виникнення надзвичайних обставин, але й у повсякденні. Психологічний захист - нормальний, постійно працюючий механізм людської свідомості.

Зміст феномену психологічного захисту полягає в тому, що він є захистом особистості від усвідомлення неприємних висновків. Він може проявлятися по різному.

Тому розглянемо з вами основні механізми психологічного захисту дітей.

- **Компенсація** – досягнення дитиною альтернативних успіхів у іншій сфері для збереження позитивної оцінки себе ("... Не щастить в танцях, пощастить в малюванні.").

- **Сублімація** – переведення неприйнятних емоцій і енергії у прийнятне, можливе русло (малювання картин через несхвалення якогось результату діяльності, фізичні вправи або навантаження при агресії тощо).

- **Витіснення** – штучне забування дитиною травмуючих спогадів через їх перехід у несвідоме (наприклад, це може бути сприйняття подій як фантазії).

- **Проекція** – приписування своїх негативних якостей іншим людям для самозаспокоєння (якщо дитина переконує, що навколо всі – обманюють, то вона сама часто говорить неправду).

- **Заміщення** – перенесення агресивних імпульсів на менш загрозливого об'єкта (дорослий насварив дитину, дитина не маючи змоги відповісти тим же дорослому, сварить менших дітей, тварин або просто іграшок.).

- **Регресія** – це власне дитяча форма поведінки (при сварці з дорослим діти "надуваються" і не розмовляють,

- **Формування реакції** – захист від заборонених, неприйнятних імпульсів через думки чи поведінку зворотного характеру (при надмірній показовій люб'язності дитина, приховує неприязнь і навпаки),
- **Раціоналізація** – наведення для себе псевдорозумної аргументації у випадку поразки (аналог байки про лисицю, яка, не зумівши дотягнутись до винограду, вирішила, що він зелений і несмачний),
- **Втеча** – уникання неприємних ситуацій, що асоціюються з попередніми невдачами.

Таким чином, психологічний захист, як і всі психологічні явища, може нести в собі як позитивне так негативне забарвлення, що в подальшому може вплинути на формування характеру дитини. Та все ж основне **значення психологічного захисту** полягає в наступному:

- Спосіб боротьби «Я» проти хворобливих, нестерпних для суб'єкта переживань;
- Спотворення реальності з метою збереження психічного здоров'я та цілісності особистості;
- Можливість досягнути внутрішнього благополуччя за рахунок ігнорування реальності;
- Неприйняття поточної дійсності;
- Реалізація потенціалу та енергії через непрямую діяльність;
- Досягнення альтернативних успіхів.

Тому кожен з механізмів психологічного захисту, можливо направити формувати в тому напрямку, який принесе більше користі та позитиву для психологічного розвитку дитини. Але при цьому не слід забувати, що все таки, потрібно обов'язково реагувати на кожний механізм захисту. Якщо Ви помітили в своєї дитини деякі прояви вище перерахованих механізмів – потрібно обговорити з нею ситуацію, яка її тривожить та пояснити ті моменти, які є незрозумілими та невідомими для дитини.

Дуже часто діти не хочуть розповідати батькам що саме їх турбує, оскільки уже почався «запуск» цих самих механізмів психологічного захисту. Тоді нам на допомогу може прийти гра. Звичайна дитяча гра.

Основним мотивом гри у дошкільному віці є інтерес дитини до діяльності дорослих, намагання приєднатися до неї, відтворити її особливості.

Особливістю гри є те, що займатися нею спонукає дітей інтерес не до результату, а до процесу діяльності. Цим гра істотно відрізняється від інших видів діяльності (праці, навчання), які в основному спрямовані на досягнення того чи іншого результату (виготовлення певного продукту, одержання певних знань тощо).

Гра є відображення навколишньої дійсності і насамперед дій і взаємовідносин навколишніх людей.

«Гра — шлях дітей до пізнання світу, в якому вони живуть та який покликані змінити» (М. Горький).

Граючись, дитина відтворює в активній, наочно-дійовій формі сцени з життя навколишніх дорослих, їх працю, їх ставлення одне до одного і до своїх обов'язків і таким чином одержує можливість повніше усвідомити навколишню дійсність, глибше пережити зображувані події, правильніше їх оцінити.

Тому гра справляє такий глибокий вплив на психічний розвиток дитини-дошкільника, на формування її особистості.

При переході до дошкільного віку діти починають відображати в грі не тільки зовнішній бік людських дій, але і їх внутрішній зміст — те, для чого вони виконуються, те значення, яке вони мають для інших людей. Так, граючись у залізницю, дошкільники зображують не тільки зовнішню сторону справи — пихкання паровоза, рух поршнів тощо, але й взаємовідносини машиніста й кондуктора, кондуктора й пасажирів і т. д.

Важливе значення у творчій грі має виконання певної ролі. На відміну від дитини раннього віку, яка у своїх іграх залишається сама собою, дошкільник, граючись, перетворюється в шофера, лікаря, солдата тощо.

Виконання ролі пов'язане з більш складною організацією ігрової діяльності. На відміну від дітей раннього віку, які граються поодиноці або ж спільно

роблять одне і те ж, у грі дошкільників встановлюються дуже складні взаємовідносини з розподілом обов'язків поміж собою. Розвиток гри зв'язаний, таким чином, із зростанням дитячого колективу, з виробленням звички до спільної діяльності.

Наступною характерною особливістю дошкільної гри є підпорядкування дітей, які граються, певним правилам.

Навіть у тих випадках, коли ці правила не формулюються, (як, наприклад, у творчих рольових іграх), вони все ж є необхідним складовим компонентом ігрової діяльності дошкільників.

Проте поступово, під впливом вихователя, ігрова діяльність молодших дошкільників ускладнюється і окремі дії починають об'єднуватися в єдине ціле відповідно до зображуваного сюжету. Діти починають брати на себе певні ролі. Так, наприклад, дитина, вмиваючи і одягаючи ляльок, годуючи їх сніданком і відправляючись з ними гуляти, зображує маму або виховательку і намагається діяти так, як звичайно діють у даних обставинах зображувані особи.

Поступово інтерес до зовнішніх дій починає в грі слабшати порівняно з інтересом до взаємовідносин між зображуваними людьми, а також до внутрішніх їх особливостей, до рис їх характеру тощо.

Разом з тим у процесі гри діти все частіше починають керуватися не чисто ігровими мотивами, а

мотивами, характерними для вищих типів діяльності, які стануть домінуючими на наступному етапі розвитку. Так, беручи участь у дидактичних іграх, дитина вже менше захоплюється процесуальною і сюжетною сторонами діяльності, а починає керуватися навчальними інтересами, прагненням набути деяких нових знань і вмінь.

Правильне керівництво іграми має вирішальне значення в розвитку психіки дитини, у формуванні її особистості.

Гра виробляє у дитини вміння виділяти в навколишньому істотне, характерне, допомагає їй глибше і повніше усвідомити явища дійсності. Гра сприяє розвитку творчої уяви, яка є необхідною для наступної навчальної і трудової діяльності дитини. Гра формує у дітей вольові якості: вміння підпорядковувати свої дії певним правилам, погоджувати свою поведінку із завданнями цілого колективу. Нарешті, в грі дитина засвоює моральні норми й правила поведінки, які відіграють вирішальну роль у формуванні її особистості. Керуючи грою, ми повиненні дбати про те, щоб діти в своїх іграх відбивали в доступній для їх розуміння формі ті моменти в житті навколишніх людей, в яких виявляються риси людини нашого суспільства, яке буде її любов до Батьківщини, її трудовий ентузіазм, товариське ставлення до інших людей, героїзм при захисті Вітчизни.

Тому, для всебічного та здорового психологічного розвитку наших дітей, ми повинні допомогти їм сформувати механізми психологічного захисту (які виникають завжди і в будь-яких випадках) позитивно та з користю для них самих.

Для цього потрібно не так багато:

- Подача відповідної до віку фактичної інформація (тобто реальної);
- Зрозумілі, відкриті пояснення того, що відбувається;
- Допомога у висловленні своїх почуттів через розмову, гру, малювання тощо;
- Поради як реагувати на питання та поведінку інших дітей;
- Відпочинок, заняття улюбленими справами;
- Регулярні запевнення, що все буде добре та безпечно.