

Психологическая защита у детей дошкольного возраста

Газета для родителей № 38
декабрь 2019 год



Каждый из нас испытывал трудности, которые нужно было преодолеть. В таких случаях мы можем испытывать состояние дискомфорта, у нас появляется ощущение тревоги и даже безысходности, вызванное трудностями, которые встали на пути достижения цели. Такое состояние может быть вызвано различными причинами: от отсутствия сил, как физических, так и душевных, до неуверенности в принятом решении. В таких случаях практически каждый из нас пытается выбраться из этого состояния, применяя различные психологические механизмы

уравновешивания — психологическую защиту. Все это свойственно не только взрослому, но и ребенку.

Условия, при которых у ребенка дошкольного возраста включается психологическая защита:

- ✓ Напряженность отношений с родителями, особенно когда имеет место скрытое эмоциональное отвержение ребенка. Недостаток эмоционального тепла со стороны родителей порождает душевный конфликт у ребенка.
- ✓ Невозможность защитить себя, недостаток положительного отношения к себе и ощущения себя как хорошего, достойного.
- ✓ Неадекватное отношение значимых людей к внешности ребенка (подчеркивание недостатков).

Необходимо помнить, что психологическая защита — это не детская вредность и возникает она помимо воли ребенка в ситуациях, когда он не может взять себя в руки. Огорчающее родителей и педагогов поведение ребенка является свидетельством нерационального стеснения его желаний, принуждения его или просто плохое самочувствие. Сталкиваясь с выражениями психологической защиты у детей, необходимо не огорчаться и раздражаться, а проявлять терпение и понимание. У детей дошкольного возраста выделяют следующие психологические защиты: отрицание, вытеснение, регрессия, компенсация, проекция, замещение, интеллектуализация, уход в болезнь, лень, бегство в «другой мир».



Поведенческие особенности детей дошкольного возраста, которые характерны для той или иной психологической защиты:

1. **Отрицание.** Стремление быть в центре внимания манера перебивать взрослых при разговоре, легкость в восприятии критики и замечаний, излишне уверенная манера держаться.

2. **Вытеснение.** Избегание проблемных ситуаций и связанных с ними стимулов, невозмутимость при виде несчастий, отрицание страхов, избирательность памяти (запоминаются только удобные для себя слова и обстоятельства). Эта психологическая защита проявляется в забывании (например, когда ребенку плохо в детском саду, он может не помнить, как провел день, чему учили его на занятиях). Вытесняя ситуацию, где ребенок испытывал дискомфорт, дошкольник вместе с тем вытесняет и всю информацию, полученную в это время.

Поэтому так необходимо для ребенка дошкольного возраста создание психологически комфортной обстановки в ситуациях, когда хотим ребенка чему-то научить,

3. **Регрессия.** В силу личностной незрелости дети дошкольного возраста возвращаются к более ранним «детским» манерам в поведении. Дети до 3 лет могут утрачивать навыки ходьбы, речи, регуляцию мочеиспускания и т. д. Характерна плаксивость, несамостоятельность, чрезмерная зависимость от взрослых.

4. **Компенсация.** Слабость и неуспехи в одной области (например, во взаимоотношениях со сверстниками) ребенок стремится восполнить в другой (лучше всех занимается на занятиях). Ориентация на преодоление трудностей, особое усердие в том случае, если значимый взрослый высказывает сомнение в способностях дошкольника. Стремление производить надлежащее впечатление.

5. **Проекция.** Обидчивость, подозрительность, враждебность, ревнивость (особенно к сверстникам, которые в чем-то превосходят ребенка). Приписывание другим детям собственных, не признаваемых отрицательных качеств («Он ябеда»).

6. **Замещение.** Совершение ребенком разрушительных действий в состоянии гнева, срывание злости на слабом, увлечение военизированными играми и фильмами, боевыми видами спорта.



7. Интеллектуализация. Несвойственные дошкольному возрасту взрослые рассуждения, эмоциональная сдержанность. Дети превращаются в «маленьких взрослых», рассуждая словами взрослых о взрослых проблемах.

8. Уход в болезнь. Многие дети, которым не хватает внимания родителей, испытывают проблемы со здоровьем, наиболее частыми заболеваниями из которых являются энурез, головные боли, астма, желудочные боли и т.д. Ребенок, пребывающий в атмосфере постоянных требований со стороны родителей, испытывает неосознанные душевные страдания. Спасаясь от этого, он вдруг заболевает. И тут с его окружением происходят удивительные метаморфозы! То, чего ему так не хватало, воздается в полной мере. Родители проявляют заботу, ласку, беспокойство, а главное — непрерывный поток требований: «Так не делай, это нельзя» — резко ослабевают. Таким образом, ребенок во время болезни обладает явным преимуществом по сравнению с тем временем, когда он был здоров. Во-первых, все его неудачи находят оправдания, и у него есть право избегать проблем. Во-вторых, ребенок получает контроль над взрослыми, он ими управляет, перекладывая все свои обязанности на их плечи. В-третьих, помимо сочувствия со стороны родителей, он может в любой мелочи рассчитывать на их помощь.

Такой тип поведения постепенно может закрепиться. Будучи уже взрослым, человек, сталкиваясь с различными трудностями или попадая в стрессовую ситуацию, будет болеть, уходя таким способом от окружающей действительности. Следовательно, он постарается снять с себя ответственность при решении жизненных задач и прикрыть болезнью собственную несостоятельность.

9. Лень Нередко родители жалуются на лень своих детей, даже не догадываясь, что лень — одна из форм психологической защиты, которая позволяет ребенку скрыть от окружающих недостаток веры в себя. Непонимание этого лишь усиливает давление на ребенка со стороны родителей. А ведь именно они в первую очередь виноваты в его лени. Попытки ребенка проявить самостоятельность нередко пресекались, ведь он мог разбить, сломать, испортить, словом, сделать что-то не так. Взрослые постоянно предостерегали его от самостоятельных поступков и ежеминутно поправляли. У ребенка день и так состоял из кучи запретов, а если он при этом еще и слышал постоянно, что все делает не так, это вполне могло привести к развитию



комплекса неполноценности, что в конечном итоге спровоцировало лень и безразличие. Для ребенка в такой ситуации лучше быть ленивым, чем бестолковым, тем более что родители сами оправдывали все его неудачи, его безынициативность и несамостоятельность фразой типа: «Ребенок умный, у него есть способности, но он очень ленивый». Таким образом, лень является извинением всех его ошибок.

10. Бегство в «другой мир» Это, пожалуй, самый распространенный способ уравнивания. В этом случае проявляются сразу две формы бегства: фантазия и уход в «себя». В первом случае ребенок, становясь взрослым, не умеет разграничить реальное и воображаемое. Вместо того чтобы добиваться желаемой цели своими силами, такой человек представляет, что уже достиг всего, и упивается своими воображаемыми успехами. Во втором случае человек не витает в облаках, а «копается в себе». С одной стороны, такое сосредоточение на себе позволяет разобраться в причинах неудач и ошибок, а с другой — дает возможность избежать общения с другими. Такой уход от действительности чреват негативными последствиями, такими как алкоголизм, наркомания и даже суицид.

Памятка для родителей: при столкновении с психологическими защитами у детей

- ✓ Запаситесь терпением.
- ✓ Ищите и отмечайте у ребенка положительные моменты в поведении.
- ✓ Не задавайте ребенку вопросы, ответы на которые вы знаете сами.
- ✓ Не отвечайте на вопросы, которые ребенок задавал не вам.
- ✓ Предлагайте ребенку такую ответственность, которая соизмерима с его возможностями.
- ✓ Проявляйте чувствительность к тому, что беспокоит и волнует ребенка.
- ✓ Признавайте собственную слабость, тем самым предоставляя ребенку возможность быть не только слабым, но и сильным.

Ж.И.Левкович

педагог-психолог