



Консультация

«Механизмы психологической защиты у детей дошкольного возраста»

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА



Смещение - подмена реального источника тревоги, страха или гнева чем-то другим.

Например, шестилетний Никита злится на свою трехмесячную сестренку, но не имеет права ее ударить. Возможно, он сам себе не хочет признаться в том, что ему этого хочется. Чтобы не ударить сестренку, он мучает свою собаку.

Эта психологическая защита довольно часто используется и взрослыми людьми. Практически каждый из нас может вспомнить ситуацию, когда после трудного рабочего дня или конфликта с начальством мы без явной причины срываем свой гнев дома. Нам становится легче, а близкие люди недоумевают.

Регрессия – возвращение к более ранним, не соответствующим возрасту ребенка формам поведения.

Часто дети дошкольного возраста после рождения младшего брата или сестры начинают себя вести как малыши: проситься на руки, сосать соску, прибегают к бессмысленному лепету вместо нормальной речи и т.п.

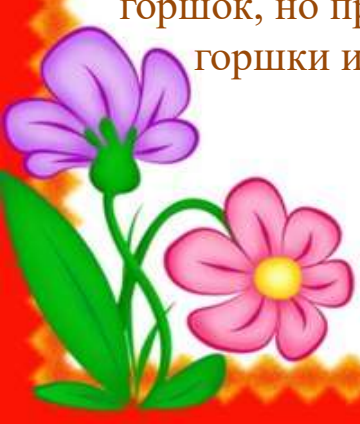


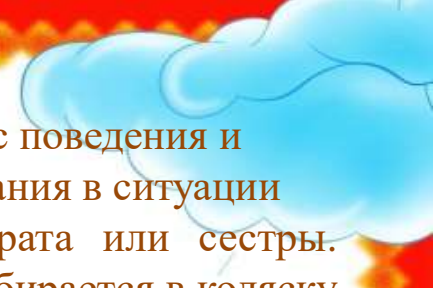


Психологи считают, что различные виды регрессии являются полезными приспособительными реакциями, позволяющими ребенку справиться с тревожащими его ситуациями. Он как бы вновь занимает ту стартовую площадку, от которой может оттолкнуться в дальнейшем для разрешения той или иной сложной проблемы. Однако о «полезности» регрессии можно говорить лишь тогда, когда она кратковременна и обратима. Но если реакция стабильна и постоянна, то это существенно тормозит процесс развития ребенка, либо делает его невозможным.

Ситуации, при которых проявления регрессии можно считать нормой:

1. Усталость после болезни. В этом случае происходит кратковременный регресс навыков, находящихся в стадии формирования, например, ребенок, отказывается есть ложкой и пить из чашки, требуя бутылочку с соской.
2. Эмоциональное истощение. Маленький ребенок прибегает к менее зрелым и более мощным по своей защитной функции формам реагирования на аффективные трудности. Например, вечером, в состоянии усталости ребенок проявляет излишнюю бурную радость или, наоборот, становится обидчивым и слезливым.
3. Временное возвращение к простой, но соответствующей возрасту форме поведения после периода преждевременного использования более прогрессивной формы. Например, ребенок полутора лет, приученный к опрятности, отказывается ходить на горшок, но при этом с удовольствием рассаживает кукол на горшки и заботится об их чистоте.





Временный неустойчивый регресс поведения и способов аффективного реагирования в ситуации рождения в семье младшего брата или сестры.

Старший ребенок начинает проситься на руки, забирается в коляску малыша, начинает сосать соску и т.д.

Этот тип защиты используют и взрослые, чтобы снять стресс они начинают сосать что-нибудь, много есть, грызть ногти, стараются переложить ответственность за решение проблем на других, т.е действуют как маленький ребенок, который в ситуации опасности ищет помощи у взрослых.

Реактивное образование – ребенок бессознательно маскирует свою тревогу по поводу произвольных мыслей или желаний, прибегая к поведению прямо противоположного типа.

Например, родители возвращаются из отпуска или забирают ребенка из санатория. Он так ждал их приезда, ему так хотелось увидеть их, однако во время встречи ребенок неожиданно (неосознанно) ведет себя независимо и самоуверенно, даже холодно. Такое поведение, как правило, приводит родителей в недоумение. Они начинают упрекать ребенка за «холодную встречу», вызывая у него чувство вины и как следствие – агрессию по отношению к ним.

Этот механизм психологической защиты можно наблюдать и в более старшем возрасте, например у влюбленных подростков, которые вместо проявления искренних чувств начинают высмеивать объект своей любви.





Замещение или отчуждение – отделение психотравмирующей ситуации от связанных с ней душевных переживаний. Замена ситуации происходит как бы неосознанно, без связи со своими переживаниями (как будто с кем - то другим.)

Изоляция ситуации от собственного «Эго» особенно ярко проявляется у детей. Играя с куклой, ребенок может разрешать ей делать и говорить все, что ему самому запрещается: быть жестоким, ругаться, высмеивать других и пр.

Компенсация – стремление восполнить слабость и неудачливость в одной области успехами в другой.

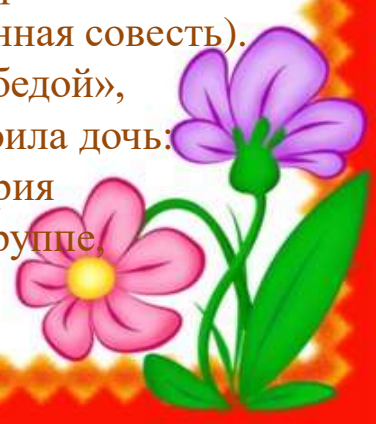
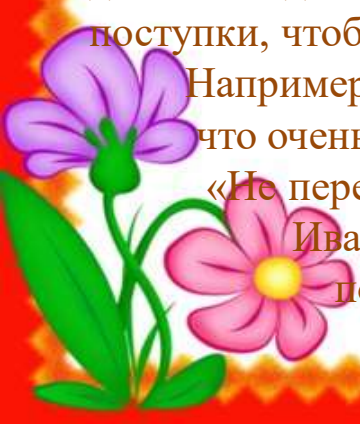
В норме уход от данного вида деятельности иногда может компенсироваться в другом. Данный вид психологической защиты является основой для другой – рационализации.

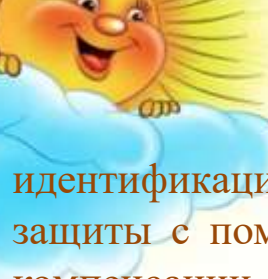
Рационализация потребности в системе - тип защиты, который обеспечивает реализацию разумной ориентации, т.е. происходит попытка создать гармонию между желаемым и реальным и тем самым предотвратить потерю самоуважения.

Этот тип защиты очень часто используют взрослые. Например, достаточно тучный человек оправдывает любовь к кондитерским изделиям, ссылаясь на особенности своего генотипа: «У нас в семье все полные, и мои усилия ограничить себя в еде - бесполезны».

Дети осваивают этот тип психологической защиты с развитием мышления и во многом с помощью взрослых (они учат детей находить оправдание своему поведению, так трактовать свои поступки, чтобы их не осуждало общество и собственная совесть).

Например, девочку все сверстники обзывали «ябедой», что очень сильно расстраивало ее. Мама успокоила дочь: «Не переживай, ты все сделала правильно. Мария Ивановна не может уследить за всеми в группе, поэтому можешь себя считать не ябедой, а помощницей воспитателя!»







Анализ показал, что дети одновременно используют уже несколько видов психологической защиты. Уход и отрицание, регрессия, вытеснение и идентификация характерны уже для младших школьников. А для защиты с помощью реактивного образования, рационализации и компенсации нужно быть более «зрелым». Одни защитные механизмы дети осваивают сами, другие - наблюдая за поведением взрослых. Следовательно, индивидуальный набор защитных механизмов зависит от конкретных жизненных обстоятельств, с которыми ребенок сталкивается в детском саду и семье, от образцов защитного поведения.

На базе постоянного использования психологических защит в детстве у человека формируются определенные черты характера (регрессия – наивность и непоследовательность, вытеснение – неуверенность, замещение – агрессивность, отрицание – доверчивость, проекция – подозрительность, компенсация – рациональность, любознательность и т.д.).

Таким образом, некоторые виды психологических защит являются полезными приспособительными реакциями психики. Они позволяют ребенку справиться с тревожащими и стрессовыми ситуациями, регулируют его поведение и обеспечивают эмоциональную стабильность. Все это в целом обуславливает процесс адаптации и социализации личности.





Чтобы понимать психическое состояние ребенка, родителям и педагогам детских садов необходимо:

1. Быть внимательным к поведению ребенка, научиться распознавать и интерпретировать его эмоциональные реакции, быть терпимыми к проявлениям агрессии, гнева, радости, сексуальному любопытству и т.п.
2. Научить ребенка рассказывать о том, что он чувствует, - это помогает справиться со стрессом. Осознание тревоги с страха происходит безболезненно, если оно выражается вербально и эмоционально, а также находит поддержку и понимание в лице значимых для ребенка взрослых.
3. Способствовать активной поисковой деятельности и творческой самореализации ребенка через рисунок, танец, лепку и другие виды творческой деятельности.
4. В стрессовой ситуации не препятствовать регрессивному или не соответствующему возрасту поведению (желанию сосать палец, закутаться в одеяло, посидеть на коленях), понимая, что эта защита позволит ребенку восстановить психическое равновесие.
5. Использовать игрушки и игру как средства разрядки психологического напряжения. В игре ребенок может выразить свои переживания, освободиться от страхов. «Вместо того, чтобы выражать свои чувства в словах (чего еще не умеет), он может закопать в песок или застрелить дракона, или отшлепать куклу, замещающую маленького братика. Для детей игрушки- слова, а игра – речь.
6. Научить детей управлять отрицательными эмоциями. Объяснить им: управление эмоциями не означает, что они никогда не будут их испытывать. Дети могут смириться с собственным гневом, злостью или агрессией как неотъемлемой частью себя и все же научиться сдерживать или перенаправлять свои ответные реакции.

