

УДК 159.942.5 – 055.2

Психокоррекция нарушений родительско-детского эмоционального контакта

Долгополова Е. В.

Терещенко Н. Н.

В работе рассмотрены нарушения эмоционального контакта в детско-родительских взаимоотношениях в контексте симптомокомплекса «эмоционального холода», который позволяет рассмотреть данную проблему на разных уровнях личностного функционирования как сложное полипараметрическое образование. Показано, что основными принципами психокоррекции эмоционального контакта в детско-родительских взаимоотношениях являются: 1) анализ проблемы ребенка в семейном контексте; 2) вовлечение родителей в психокоррекционный процесс; 3) соблюдение основных принципов клиент-центрированной психотерапии. Выделены основные направления психокоррекционной работы, среди неадаптивных установок, связанные с воспитанием детей; семейные сценарии; расширение поведенческого репертуара взаимодействия и др.

Ключевые слова: эмоциональный контакт, родители, дети, психокоррекция, симптомокомплекс «эмоционального холода».

В роботі розглянуто порушення емоційного контакту в батьківсько-дитячих взаєминах в контексті симптомокомплексу «емоційного холоду», який дозволяє розглянути цю проблему на різних рівнях особистісного функціонування як складне поліпараметричне утворення. Показано, що основними принципами психокорекції емоційного контакту в дитячо-батьківських взаєминах є: 1) аналіз проблеми дитини в сімейному контексті; 2) залучення батьків до психокорекційного процесу; 3) дотримання основних принципів клієнт-центрованої психотерапії. Виділено загальні напрямки психокорекційної роботи, серед яких не адаптивні настанови, пов'язані з вихованням дітей; сімейні сценарії; розширення поведінкового репертуару інш.

Ключові слова: емоційний контакт, батьки, діти, психокорекція, симптомокомплекс «емоційного холоду».

The paper considers violations of emotional contact in the child-parent relationship in the context of symptom “emotional coldness”, which allows you to consider this issue at different levels of personality functioning as a complex polyparametrical formation. It is shown that the basic principles of psychological correction of emotional contact in the child-parent relationships are: 1) analysis of the problem child in a family context, and 2) involvement of parents in Psychocorrectional process, 3) the basic principles of client-centered psychotherapy. The main trends psychocorrectional work among non-adaptive plants, related to the upbringing of children; family scenario, expanding the behavioral repertoire of interaction, etc.

Key words: emotional contact, parents, children, correction, symptom “emotional coldness”.

Актуальность. Эмоциональный контакт между родителями и детьми является одним из основных факторов психологического, социального, физиологического благополучия ребенка [1, 2]. Нарушение межличностных отношений в семье - эмоциональная отчужденность, или наоборот, чрезмерная опека, приводят к формированию невротических расстройств, асоциального поведения, сложностям в школьном обучении и т.п.

Вместе с тем, проблемы, связанные с эмоциональными девиациями в межличностных отношениях, в современной психологии рассматриваются в гораздо более широком контексте, чем микросоциальный уровень отдельно взятой семьи. Пристальный интерес современной науки к дефициту эмоций в межличностных отношениях связан с такими феноменами как эмоциональное отчуждение между людьми, снижение ценности института семьи, рост количества разводов, подростковая преступность и т.п. Существует мнение, что подобные феномены обусловлены социо-культурными трансформациями, в основе которых лежат индивидуалистические ценности современного общества: свобода, самодостаточность, независимость и т.п., имеющие свое крайнее проявление – эмоциональную отчужденность. Таким образом, семейные отношения попадают в своеобразные ножницы, с одной стороны – это индивидуальные личностные особенности препятствующие установлению и поддержанию эмоционального контакта между членами семьи, а с другой стороны – социальные стандарты, в которых ценность подобных контактов является искусственно заниженной. Таким образом, возрастает необходимость в психологической помощи родителям и детям, направленной на коррекцию нарушений эмоционального контакта, целью которой является как снижение негативного влияния на семью некоторых социальных тенденций, так и воздействие на личностные структуры родителей и детей.

Состояние проблемы. С точки зрения психологии нарушение эмоционального контакта в межличностных отношениях рассматривается в различных контекстах как страх психологической интимности, межличностная зависимость, интимофобия и т.п. Кочарян А.С., Терещенко Н.Н., Асланян Т.С. [3] предложили рассматривать нарушения эмоционального контакта как симптомокомплекс, который на операциональном уровне рассматривает ее как объемное, континуальное, типологическое образование, обозначаемое как симптомокомплекс (синдром) «эмоционального холода».

Подобный подход, по-нашему мнению, является адекватным для анализа девиаций эмоционального контакта в родительско-детских отношениях, т.к. позволяет рассмотреть крайние варианты нарушений контакта (излишняя вовлеченность и излишняя отстраненность) не как отдельные линейные образования, а как проявления симптомокомплекса «эмоционального холода». Такое понимание нарушений эмоционального контакта предполагает наличие треугольной структуры «эмоционального холода» в межличностных отношениях – 1) псевдочувства, которые в родительских отношениях выражаются как сверхзабота, межличностная зависимость, повышенный контроль и т.п.; 2) собственно «эмоциональный холод», выражаемый как холодность, отстраненность, попустительское поведение, равнодушие по отношению к ребенку; 3) подлинные чувства – свободное проявления чувств между родителем и ребенком, с соблюдением личностных границ как взрослого человека, так и ребенка. Таким образом, психокоррекция нарушений эмоционального контакта в детско-родительских отношениях должна быть направлена не на увеличение или снижение эмоциональности, а на формирование подлинности, искренности и открытости этих отношений.

Нами предпринята попытка рассмотреть нарушения родительско-детского эмоционального контакта в контексте симптомокомплекса эмоционального холода.

Цель работы: на основе анализа нарушений эмоционального контакта разработать психокоррекционную программу родительско-детских отношений.

Материалы и методы исследования. Исследование проводилось на базе Мастер-школы клиент-центрированной психотерапии К.Роджерса (г.Харьков). В исследовании приняли участие 21 семья (ребенок и мать), имеющая проблемы в установлении и поддержании эмоционального контакта, обратившиеся за психологической помощью к специалистам Мастер-школы. Возраст детей 4-7 лет (14 девочек и 17 мальчиков), возраст матерей 24-37 лет.

Основными методами исследования были метод эмпирического наблюдения, психодиагностическое неформализованное интервью, беседа. Кроме того, в психологическом консультировании семей индивидуально использовались различные психодиагностические методы, такие как «Динамический рисунок семьи», совместный рисунок, совместная игра и т.п. Выбор методики определялся индивидуально и зависел от личностных особенностей клиентов, возраста, эмоционального состояния, жалобы на момент консультирования.

Нами были сформулированы основные принципы психокоррекции нарушений эмоционального контакта в детско-родительских отношениях:

1. Анализ проблемы ребенка в семейном контексте. Большинство обращающихся за психологической помощью родителей представляют проблему как исключительно детскую и основной запрос заключается в том, чтобы «вылечить» ребенка. Безусловно, рассмотрение личностных проблем ребенка невозможно вне семейного контекста, поэтому одной из основных задач психолога является мотивация родителей для включения в психокоррекционный процесс. Более того, мы рассматриваем нарушения эмоционального контакта как проявление симптомокомплекса «эмоционального холода» у родителей, поэтому и основным клиентом в данной программе является родитель.

2. Вовлечение родителей в психокоррекционный процесс. Необходимость в информировании и мотивации родителя для участия в психокоррекции отношений не только в качестве наблюдателя, но и в качестве активного участника, предполагает сложную и деликатную психологическую работу, направленную прежде всего на осознание родителем проблемы контакта как собственной проблемы и формулирование им запроса на личностное изменение. Отметим, что далеко не все родители проявляют готовность к дальнейшей работе. В таком случае для них предлагается работа в форме консультаций.

3. Соблюдение основных принципов клиент-центрированной психотерапии. Клиент-центрированный подход К.Роджерса, по-нашему мнению, является наиболее адекватным для психокоррекции нарушений эмоционального контакта. Основные условия психотерапевтического изменения: конгруэнтность, безусловное принятие и эмпатия, имеют ценность не только в психотерапевтическом контакте, но и обучают клиента к свободному выражению подлинных чувств и эмоций в любых межличностных отношениях. Можно сказать, что в психокоррекционной работе родители и дети как раз обучаются быть конгруэнтными, эмпатичными и безусловно принимающими. Отметим, что в нашей психокоррекционной программе могут использоваться техники из различных подходов, однако контакт между психологом и клиентами базируется на принципах клиент-центрированной психотерапии.

Анализ нарушений родительско-детского эмоционального контакта в контексте симптомокомплекса «эмоционального холода» позволяет рассмотреть данные нарушения как подлипараметрическую структуру, коррекция которой должна происходить на различных ее уровнях. В связи с этим были выделены основные направления работы, которые также могут быть названы как этапы работы, направленные на воздействие на различные уровни симптомокомплекса.

Направления психокоррекционной работы:

1. Психокоррекция неадаптивных установок, связанных с воспитанием детей. Эмоциональный контакт может быть нарушен в следствие усвоения неадаптивных установок, которые препятствуют эмоциональности и доверительности отношений между родителями и детьми. Подобные установки можно разделить на те, которые касаются собственно степени и выраженности эмоций (например «мальчики не плачут», «хороший ребенок должен быть прежде всего послушным», «нельзя доводить ребенка до слез» и т.п.), и те, которые связаны с неправильными представлениями о возрастных потребностях и особенностях развития ребенка (например, «в 5 лет ребенок должен читать и писать, а игра – это пустая трата времени», «грудное кормление в 4 года – это способ выразить материнскую любовь» и т.п.) Для коррекции подобных неадаптивных когнитивных установок могут использоваться техники когнитивной психотерапии, а также консультирования во вопросам возрастной психологии ребенка, практические рекомендации, беседа, демонстрация матери ребенка методических приемов работы, направленных на формирование навыков адекватного поведения и гармоничной личности, конспектирование матерью занятий, проводимых психологом, совместное изготовление наглядных пособий для проведения занятий с ребенком, чтение матерью специальной литературы, рекомендованной психологом и т.п.

Так, мама Вероники П., 7 лет, рассказала, что дочь родилась недоношенной, слабенькой, плохо набирающей вес, поэтому мать, заглушая собственную тревогу за ребенка, перекармливает ее, считая, что ее ребенка плохо кормят в детских учреждениях, не обращая внимание на протесты со стороны дочери и на объективные данные, связанные с физическим развитием девочки (вес превышает норму, ребенок гиподинамичен, тревожен, зажат в общении). В этом случае оказалась эффективной работа по методам когнитивной психологии А. Бэка.

Однако, иногда подобные методы являются неэффективными, т.к. речь идет не просто о проблемах когнитивного уровня, а о встраивании подобных когнитивных установок в мировоззрение или жизненный сценарий клиента.

2. Психокоррекция семейных сценариев. Неадаптивные когниции могут быть усвоены по принципу интроектов из родительской семьи самих родителей. Родитель, который воспитывался в эмоционально-холодной семье, будет переносить подобный сценарий и в собственную семью. Подобные сценарии могут касаться пищевого поведения в семье, представлений о здоровом образе жизни, обучении ребенка, месте ребенка в семье. Одним из патогенных вариантов семейных сценариев может быть ограничение матерью отцовского влияния на ребенка и взаимодействия с ним, создание матерью негативного образа отца. Так, например, мать Жени К. 5 лет, после безуспешных призывов к дочери приступить к занятиям и вместе выполнить упражнение начала плакать. Раздражаясь, женщина стала объяснять все происходящее тем, что от нее 3 месяца назад ушел муж, а у Жени характер весь в отца - такая же упертая и своенравная, никого не слушает, делает только то, что хочет. Девочка на раздражение матери реагирует слезами и отказом от совместной деятельности. Была проведена индивидуальная психокоррекционная работа с матерью, что ей позволило принять сходство дочери с отцом и разделить с ним ответственность за воспитание и судьбу дочери.

3. Психокоррекция, направленная на расширение поведенческого репертуара взаимодействия с ребенком. Неправильные когнитивные установки, особенности воспитания в родительской семье и ряд других факторов не позволяют родителям освоить и реализовывать в общении с собственным ребенком различные варианты взаимодействия. Общение может быть основано лишь на потакании или, наоборот, на строгости. Сужения репертуара взаимоотношений с ребенком до определенных ригидных форм являются одним из вариантов нарушения эмоционального контакта. В таких случаях эффективным является использование методик, связанных с совместной творческой деятельностью (танцы, рисование, пение), выполнение совместных заданий, обучение навыкам невербального общения, активного слушания и т.п.

Мать Дениса П. 4 года, считает, что мальчиков нужно воспитывать в строгости, поэтому ласковые объятия, поцелуи как поощрение или поддержку за успешное выполнение задания считает вредным и лишним в общении с сыном. Ограничивается лишь одобрительным кивком головы и словами «Молодец, хорошо». В процессе выполнения техники вокалотерапии - мать сажает ребенка к себе на колени, прижав к себе, и вместе они поют песенку. В процессе совместного пения устанавливаются доверительные отношения между ребенком и его матерью, а телесный контакт способствует появлению доверительных, теплых чувств друг к другу.

4. Психокоррекция личностных границ во взаимоотношениях матери и ребенка. Одной из форм нарушения эмоционального контакта является деформация личностных границ между матерью и ребенком. Наиболее частым вариантом подобного рода деформации является размытость границ, проявляющаяся в симбиотической связи в диаде «мать-ребенок». Ребенок лишается инициативы, свободы выражения эмоций, имеет сложности в формировании собственной идентичности.

Так, мама Алеси С. 4,5 лет, присутствуя на занятии, напряженно следит за тем, как ее сын пытается выполнить задание. Несмотря на просьбу психолога дать возможность ребенку работать самостоятельно, она все время подсказывает ему правильное решение, или порывается сделать за него. У матери появляются на глазах слезы, и весь накал напряжения выливается в истерику ребенка и его категорический отказ от какой-либо деятельности в такой обстановке. Мать явно испытывает страх, что ее ребенок не сможет успешно сделать то или иное задание.

Другим вариантом нарушения личностных границ является отчуждение, выстраивание стены в отношениях, когда отношения между родителем и ребенком носят формальный характер, выражение родительских чувств сводится к материальным благам и контролю за учебой и дисциплиной. Для коррекции нарушений личностных границ эффективно работают техники, направленные на воздействие на глубинный эмоциональный личностный уровень. Это могут быть методы клиент-центрированной психотерапии, гештальттерапии, психодрамы. Основным фактором психокоррекции в данном случае является уважение к личностным границам как ребенка, так и родителя и простираивание четких, но в тоже время проницаемых для выражения эмоций личностных границ.

Эффективность предложенной программы была подтверждена методом экспертных оценок.

Выводы:

1. Нарушение эмоционального контакта в детско-родительских взаимоотношениях должно быть рассмотрено в контексте симптомокомплекса «эмоционального холода», который позволяет рассмотреть данную проблему на разных уровнях личностного функционирования как сложное полипараметрическое образование.

2. Основными принципами психокоррекции эмоционального контакта в детско-родительских взаимоотношениях являются: 1) анализ проблемы ребенка в семейном контексте; 2) вовлечение родителей в психокоррекционный процесс; 3) соблюдение основных принципов клиент-центрированной психотерапии.

3. Выделены следующие направления психокоррекционной работы: неадаптивные установки, связанные с воспитанием детей; семейные сценарии; расширение поведенческого репертуара взаимодействия с ребенком; личностные границы во взаимоотношениях матери и ребенка.

Література.

1. Захаров А. И. Происхождение и психотерапия детских неврозов // А.И. Захаров. – М.: КАРО, 2006. – 672 с.
2. Холмогорова А. Эмоциональные расстройства и современная культура: на примере соматоформных, депрессивных и тревожных расстройств // А. Холмогорова, Н.Гарянян. - Московский психотерапевтический журнал, 1999, №2, - С. 61-90.
3. Синдром «эмоционального холода» в межличностных отношениях: аддиктивный контекст [Кочарян А.С., Терещенко Н.Н., Асланян Т.С., Гуртовая И. В.] // Вісник Харківського університету. Сер. Психологія. – Х.: Вид-во ХНУ, 2007. - №771. – с. 115-119.