

Vývinová psychológia v podmienkach rodiny

Psychológia ako veda sa delí na veľa smerov a odborov, jedným z nich je aj vývinová (ontogenetická) psychológia. Vývinová (ontogenetická) psychológia zaujíma medzi ostatnými psychologickými vedami významné miesto.

Je to psychologická disciplína, ktorá skúma kvantitatívne a kvalitatívne zmeny psychickej regulácie prežívania a správania sa. Popisuje čo zákonite vzniká, rozvíja sa a postupne zaniká v prežívaní a správaní sa človeka a celej spoločnosti od počatie až do smrti. Vysvetľuje príčiny a mechanizmy týchto zmien. Získavanie poznatkov ontogenetickej psychológie prebieha veľmi pomaly. Najprv sa skúmali problémy psychického vývoja detí v rannom a predškolskom veku, v adolescencii a puberte. V súčasnosti sa venuje pozornosť pozornosť aj dospelosti a starobe.

Výchova v rodine

Na správny fyzický a psychický vývoj väčšiny ľudí má rozhodujúci vplyv spoločenstvo, teda sociálna skupina, ktorej je súčasťou. Prvá skupina ľudí, s ktorou sa človek po narodení dostáva do vzájomného kontaktu je rodina.

Rodina je z hľadiska sociologického malou skupinou. Vyznačuje sa pomernou trvanlivosťou, zvyčajne malým počtom členov a značnou dôvernosťou vo vzájomných vzťahoch. Rodina ako základná bunka spoločnosti má rozhodujúci vplyv pri socializácii - „poľudštení“ človeka. Socializácia je proces, ktorým sa dieťa postupne začleňuje do spoločenského prostredia. Teda proces, v ktorom sa z biologickej bytosti stáva spoločenská bytosť s veľkým množstvom psychických reakcií, ktoré mu umožňujú prispôbovať sa zložitým podmienkam života s ľudskou spoločnosťou. Socializácia je z pohľadu prežitia jednotlivca nutnosťou.

Z pohľadu začlenenia sa človeka do spoločnosti hrajú najdôležitejšiu úlohu prvé tri roky života. V tomto období sa dieťa učí od svojich rodičov základné pravidlá začlenenia sa do spoločnosti. Ďalším dôležitým obdobím je obdobie adolescencie. Rovnako ako má funkčná, šťastná rodina nezastupiteľný vplyv na správny vývin a vývoj jedinca, tak presne opačný vplyv má nefunkčná rodina. Malé dieťa žije v centre rodiny. V predškolskom veku je už prostredie dieťaťa zmiešané. Skutočný sociálny rozvoj dieťaťa nastáva, až keď začne chodiť do školy.

Princípy správneho fungovania rodiny

1. Rodina je systém základnej citovej podpory. Dieťa aj dospelý nachádzajú v rodine útočisko a podporu, je oázou uprostred každodenných činností. Potvrdzujú to vyjadrenia ako: „Doma ma majú radi, akceptujú ma a nevysmievajú sa mi. Doma si môžem oddýchnuť, chápajú ma, môžem odpočívať a tešiť sa zo života.“ Ak rodina funguje dobre, život v domácnosti podporuje duševné zdravie jej členov.

2. Dobré a trvalé rodinné vzťahy nevznikajú samy od seba a zo dňa na deň. Manželský vzťah treba neustále pestovať. Po svadbe by sa nemalo zabúdať na romantiku, pozornosť, prejavy lásky, malé prekvapenia atď. Nadšenie z detí a ich úspechov či aktívna podpora pri riešení ich problémov by mali pretrvávajúť aj po prvých etapách života dieťaťa (alebo po prvom dieťati).

3. Efektívna komunikácia je jedným zo základných pravidiel šťastnej rodiny. Rodiny, v ktorých sa komunikuje na všetkých úrovniach, vytvárajú podmienky pre zdravý psychický vývin a upevňujú citové väzby. Toto pravidlo platí tak pre partnerov, ako aj pre deti.

Rozprávať o svojich pocitoch, stavoch mysle, očakávaníach a nádejách nie je ľahké, ale dá sa to naučiť praktickou realizáciou v pozitívnej rodinnej atmosfére. Hlboká komunikácia zahŕňa empatiu, ako aj pozorné počúvanie a reagovanie s cieľom zachovať pozitívnu atmosféru.

4. Prvé roky sú pre vývin dieťaťa kľúčové z niekoľkých hľadísk. Mnohé zvyky, ktoré pretrvávajú po celý život, sa začínajú utvárať v predškolskom alebo školskom veku. Základy takých dôležitých oblastí, ako sú rozvoj charakteru, formovanie osobnostných čŕt, ale aj základy inteligencie, sa kladú a budujú v prvých ôsmich až desiatich rokoch života.

5. Úspešná rodina sa vyznačuje veľkým úsilím a oddanosťou. Prílišná pracovná vyťaženosť rodičov sa však stáva čoraz častejším javom. Rodina je síce lepšie ekonomicky zabezpečená, je však nesmierne dôležité udržať rovnováhu, ktorá jej členom umožní stráviť spolu kvalitný čas. Niektorí rodičia sú mylne presvedčení, že mrhajú svojím drahocenným časom, keď ho trávia pri rodinných aktivitách so svojimi deťmi. Nič nemôže byť ďalej od pravdy. Každá chvíľa strávená spoločne je krátkodobá i dlhodobá investícia do budúcnosti.

6. Poznanie jednotlivých vývinových etáp pomáha rodičom uplatniť účinnejší výchovný prístup. Rodičia vybavení znalosťami môžu lepšie predpokladať a očakávať budúce potreby detí, overiť si, či vykazované správanie korešponduje s vývinovým obdobím dieťaťa, a teda zodpovedá jeho veku. Môžu tiež účinnejšie komunikovať na psychologickej úrovni každého veku a uplatniť svoj vplyv tak, aby sa dieťaťu otvorili možnosti pre úspešné začlenenie do života.

7. Disciplína je jedným z hlavných podporných pilierov pri výchove dieťaťa. Je nevyhnutná pre harmonický vývin osobnosti dieťaťa. Samozrejme, musí brať do úvahy všeobecnosť každého dieťaťa. Vo všeobecnosti platí, že averzívne metódy (trest, pokarhanie...) treba postupne, vzhľadom na vek dieťaťa, nahrádzať pozitívnymi stimulačnými metódami (odmena, súhlas, pochvala...), až kým sa sebadisciplína nestane pre dieťa normou.

8. Rodina ponúka to najlepšie prostredie pre zdravú sexuálnu výchovu. Uvoľnená atmosféra v rodinne, kde sa dá prirodzene hovoriť o rôznych aspektoch sexuality, je ideálne prostredie pre sexuálnu výchovu detí. Je menej pravdepodobné, že deti, ktoré sa o biologických, psychologických a morálnych stránkach sexuality dozvedia od rodičov, podľahnú predsudkom a tabu, ktoré obyčajne obklopujú sexualitu.

9. Rodina má výrazný vplyv na intelektuálne schopnosti a výkon v škole. Rodičia a starší súrodenci môžu veľmi pozitívne ovplyvniť mladšie deti. V pokojnom prostredí, v ktorom sú knihy a vzdelávacie materiály vždy dostupné a kde prevláda pozitívny postoj k životu, sa u dieťaťa už v ranom veku kladú dobré základy jeho budúcej intelektuálnej a školskej úspešnosti. Rodičia by nikdy nemali prenechať zodpovednosť za vzdelávanie svojich detí len škole. Učenie sa v detstve vlastne vo veľkej miere závisí od postoja a konania rodičov.

10. Rodina je kľúčovým činiteľom pre rozvoj sebaúcty. Základy zdravej sebaúcty sa kladú v predškolskom veku strávenom v kruhu rodiny. Rodičovská autorita je dvojsečná zbraň, ktorá buď deťom poskytne osobnú istotu s primeraným a zdravým seba ponímaním, alebo z nich urobí neistých, bojzlivých ľudí, čo si myslia, že úspech je len pre iných. Tento základný princíp zahŕňa uznanie výkonov dieťaťa, úprimné povzbudenie a usmerňovanie pri úlohách, časté pripomínanie jeho pozitívnych činov a podporovanie pri dosahovaní rozličných cieľov.

11. Spoločné duchovné hodnoty rodinu zjednocujú a obohacujú. Je pravdepodobné, že rodiny, ktoré zachovávajú primeraný systém duchovných hodnôt, budú musieť čeliť menším problémom so vzťahmi ako tie, ktoré sa nikdy nezastavia a nevenujú pozornosť duchovným záležitostiam. Spiritualita pomáha človeku odpútať sa od seba, vnímať svoje okolie a ponúknuť samého seba pre službu druhým. Je vykročením k harmonickým vzťahom a porozumeniu v akomkoľvek spoločenstve, rodinu nevynímajúc.

Rodina môže byť zdrojom šťastia a spokojnosti, ale aj naopak, veľkého utrpenia. Mnoho detí, ale aj dospelých si uvedomuje, že najúčinnejšiu fyzickú, duševnú, sociálnu, morálnu a citovú podporu dostávajú počas života práve od rodiny. Je však aj mnoho takých, ktorí pre nezdravé vzťahy v rodine prežívajú bolesť a nešťastie.

Zdroje:

Claus, Hiebsch: Psychológia detstva a dospelovania. Bratislava, SPN, 1970 -

Posse, Melgosa: Umenie výchovy. Advent-Orion, Vrútky, 2002 -

Pardel, Boroš: Základy všeobecnej psychológie. Bratislava, SPN, 1975 –

<http://referaty.atlas.sk/odborne-humanitne/pedagogika/22166/?print=1>