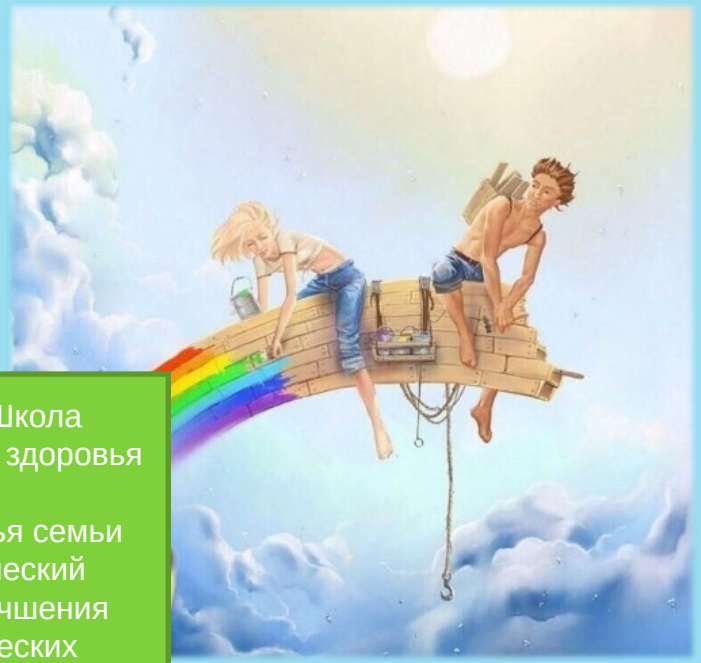
ФГБОУ ВО Дон ГМУ Минздрава России
Донецкий Республиканский Перинатальный Центр им. Проф. В. К.Чайки

Значимость психологических факторов при развитии и формировании репродуктивной функции подростков



Таций Виктория Николаевна,
кандидат психологических наук,
заведующая центром медико-социальной поддержки беременных, оказавшихся в трудной жизненной ситуации,
медицинский психолог высшей категории Донецком Республиканском перинатальном центре им. проф. В.К. Чайки;
главный Республиканский специалист по медицинской психологии Министерства здравоохранения ДНР.

Сметанина София Романовна, врач-психиатр- стажер ГБУ ДНР РКПБ.

Ежегодная Школа репродуктивного здоровья семьи.
Охрана здоровья семьи как стратегический потенциал улучшения демографических показателей
15.10.2026 г.,
ДНР г. Донецк

ДОНЕЦК 2026г

В условиях современного общества, характеризующегося высоким уровнем нестабильности, высоким темпом жизни, наличием всевозможных угроз и катаклизмов, сложно говорить об абсолютном психологическом здоровье личности. Окружающая нас действительность изначально нарушает гармоничность развития личности, лишает человека чувства безопасности, что и актуализирует проблему психологического здоровья растущего организма.



Психологическое здоровье является необходимым условием полноценной жизни человека в обществе, представляет собой ощущение собственного личного благополучия, распространяющееся на окружающих людей и мир в целом.

На основе психологического здоровья у человека формируется ощущение гармонии с собой и с окружающими, позволяющее наиболее полно проявлять себя в самых разных сферах жизнедеятельности, творить на благо обществу, реализуя свой потенциал.





Психологически здоровая личность способна преодолевать

- многочисленные невзгоды,
- стрессовые ситуации,
- искать внутренние ресурсы для их преодоления.

Психологически здоровая личность, обычно подразумевает

- адекватность поведения человека его социальной роли, социальному контексту,
- гармонично развитую эмоциональную сферу,
- умение контролировать, проявлять свои эмоции,
- устанавливать гармоничные отношения с окружающими,
- умение понимать себя,
- осознавать свои действия и поступки, нести за них ответственность.

личности делят на внешние (социальные) и внутренние (психологические).

Внешние средовые факторы оказывают тем большее влияние на личность, чем она младше. **В первые годы жизни** ребенок целиком и полностью зависит от окружающей среды, людей, занимающихся его воспитанием и развитием, что, соответственно, не может не сказаться на становлении его личности и уровне его психологического здоровья. **Психологически здоровая личность может вырасти только в окружении здоровых людей, а это в наши дни большая редкость.**

Современные родители имеют огромное количество проблем, вызывающих у них эмоциональное напряжение. Жизнь человека характеризуется чрезмерной загруженностью, невротизацией, появление множества личностных проблем в сочетании с недостаточной осведомленностью о путях решения внутриличностных конфликтов и о возможностях психологической и психотерапевтической помощи. **Подобная личностная дисгармония родителей находит свое отражение в развитии детей и оказывает негативное влияние на их психику.**



Среди социальных факторов необходимо выделить **социально-культурную категорию**, к которой относятся:



- все особенности уклада жизни современного общества,

- уровень культуры,

- требования, предъявляемые к личности человека как представителя группы, государства,

- политический строй и т. д.

К **социально-экономической категории** можно отнести:

- бытовую или профессиональную занятость родителей,

- раннее определение ребенка в дошкольные образовательные учреждения.

Наиболее **серьезный вред психологическому здоровью ребенка** могут наносить **социально-психические факторы**, среди которых:

- дисгармония семейных отношений,

- дисгармония семейного воспитания,

- нарушения в сфере детско-



К внутренним, психологическим факторам относятся:

- свойства личности,
- черты характера,
- свойства нервной системы человека, позволяющие ему функционировать как психологически здоровая личность.

Поскольку психологическое здоровье в первую очередь предполагает устойчивость к стрессовым ситуациям, следует обратить внимание на психологические характеристики, снижающие устойчивость к стрессу. К категории наиболее устойчивых личностных свойств относятся свойства нервной системы, проявляющиеся в чертах темперамента. **Учитывая значимость внутренних, психологических факторов, наибольшее значение в поддержании психологического здоровья личности придается все же внешним факторам, способных оказать тотальное воздействие на личность ребенка в раннем детском и дошкольном возрасте.**

Влияние факторов на разных возрастных этапах развития личности ребенка.

В младенческом возрасте ведущей деятельностью ребенка является непосредственное эмоциональное общение со взрослым, следовательно, наибольший вред его психологическому здоровью может нанести нарушения в этой сфере. В частности, к нарушениям развития ребенка может привести дефицит общения с матерью, когда мать игнорирует потребности ребенка, не обеспечивает его достаточной эмоциональной поддержкой.

Неблагоприятной считается ситуация, когда преобладают отрицательные эмоции в отношении ребенка, либо формальное общение, лишенное проявлений любви, принятия ребенка.





Противоположная ситуация с переизбытком общения, так же может сказаться негативно на состоянии ребенка, когда мать проявляет чрезмерный уровень активности в отношении ребенка, повышенное внимание ко всем сферам его жизнедеятельности, гиперопека, подавление независимости ребенка. Негативно на ребенке могут сказаться конфликтные отношения между родителями, устранение отца от воспитания ребенка, чрезмерная строгость в отношении ребенка. Подобные нарушения могут привести к нарушению базового доверия к окружающим, к родителям и миру в целом, повышенной тревожности, либо к стремлению получать одобрение со стороны окружающих, желанию постоянно получать повышенное внимание к себе, что нельзя назвать чертами психологически здоровой личности.

Любые проблемы в поведении и поступках подростка являются отражением семейных дисфункций, связанных со сферой общения, выстраивания межличностных отношений в семье, стилем семейного воспитания. **К неблагоприятным факторам, способствующим нарушению психологического здоровья можно отнести авторитарный стиль воспитания**, когда родители чрезмерно контролируют ребенка. Воспитание сопровождается множеством запретов, индивидуальные особенности ребенка обычно игнорируются. Такой стиль воспитания может привести к тому, что ребенок становится послушным, ведет себя как «адаптивный ребенок», учится подавлять собственные желания, агрессию, проявляет тревожность, либо начинает сопротивляться чрезмерному давлению, демонстрирует агрессивность, противоборство.



Негативно может сказаться на психологическом состоянии **стиль воспитания по типу «Кумир семьи»,** когда крутятся вокруг ребенка. Это может привести к тому, что ребенок дезадаптирован в обществе, не умеет учитывать интересы окружающих. Подросток является главным членом семьи.





Наиболее благоприятным для поддержания психологического здоровья подростка считается **демократический стиль воспитания**, когда ребенок воспринимается как равноправный партнер, имеющий свои интересы, свои желания и взгляды. В подростке поддерживается самостоятельность, при необходимости ему оказывается помощь. Благодаря такому стилю в подростке поддерживается чувство собственного достоинства, оптимизм, активность, умение слышать и понимать себя.

В младшем школьном возрасте наиболее существенным фактором риска нарушения психологического здоровья может стать школа.

Школа выполняет функцию социального оценивания, и, если ребенок не соответствует установленным нормам, это неминуемо сказывается на его самооценке, повышении тревожности, неуверенности, либо всплесках агрессии. Регулярные переживания ситуации неуспеха могут сформировать комплекс неполноценности, снизить уровень притязаний. Для младшего школьника наибольшую важность приобретают оценки, которые он получает со стороны взрослой авторитетной фигуры – учителя. Как правило, взаимоотношения с родителями в этот период усложняются. Особенно это характерно в случае, когда ребенок не соответствует требованиям и ожиданиям родителей в плане учебы, спортивных и других достижений. Завышенные требования в отношении ребенка, **игнорирование его реальных возможностей в угоду мечтам родителей** также является фактором риска нарушений психологического здоровья младшего школьника.





Подростковый возраст принято называть трудным, критическим периодом в жизни ребенка. Это период, когда **человек наиболее раним** к воздействиям окружающих людей, особенно чуток к мнению сверстников. Именно **межличностные отношения**, складывающиеся в это время - являются **серьезным фактором риска для психологического здоровья**. В семье тоже требуется перейти на новый уровень взаимоотношений с ребенком, выстраивание равных партнерских отношений. Подросток должен получить больше самостоятельности, но и осознать возросшую ответственность за свои действия, поступки.

Таким образом, стало очевидно, что психологическое здоровье личности подростка в большей степени зависит от условий его жизни и стиля взаимоотношений, складывающегося с окружающими людьми. **Психологическое здоровье является очень хрупким и буквально, сразу после рождения начинает подвергаться атаке неблагоприятных в психологическом плане факторов.**

Психологически здоровая личность характеризуется прежде всего тем:

- что может противостоять этим отрицательным воздействиям,
- обладает стрессоустойчивостью,
- способна найти в себе силы для преодоления сложных ситуаций,
- способна изменяться и адаптироваться к самым разным, и не всегда комфортным условиям среды, не нарушая своего здоровья.



ВЫВОДЫ: Таким образом, к важным факторам поддержания психологического здоровья ребенка будет являться развитие у него способности к стрессоизменчивости, умение увидеть в самой тяжелой ситуации стимул для личностного роста, накопления жизненного опыта.





С другой стороны, важным является умение расслабляться, избегать чрезмерно высоких нагрузок, информационных перегрузок. Кроме того, поможет поддержать психологическое здоровье личности положительный фон настроения. Настроение ребенка напрямую зависит от настроения окружающих его взрослых, и чем младше ребенок, тем более явной является эта зависимость.

Рекомендации!

1.Именно от личности взрослого в первую очередь зависит, как будет чувствовать себя ребенок, находящийся рядом с ним.

2.Если родители, педагоги, медики, психологи сами будут чувствовать себя счастливыми, будут ценить и ощущать вкус жизни, транслировать оптимизм, то и ребенок вырастет психологически здоровым.

3.Наличие трудных ситуаций, разрешаемых ребенком самостоятельно или с помощью взрослых, в целом положительный фон настроения и фиксация на прогрессе ребенка с анализом причин этого прогресса могут, по нашему мнению, рассматриваться как основные условия становления психологического здоровья детей.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

