

Возрастные психологические особенности дошкольника от 3 до 6 лет

Гипертрофированное чувство вины

Чувство вины – аффективное состояние, характеризующееся проявлением страха, угрызений совести и самоупреков, ощущением собственного ничтожества, страдания и потребности в раскаянии¹.

Родителям

Дошкольный возраст характеризуется стремлением ребенка исследовать окружающий мир, опыт ребенка может быть как позитивным, так и негативным. Чувства, которые переживает ребенок по отношению к своим достижениям или неудачам связаны с поддержкой или, наоборот, упреками родителей.

В случае, если ребенок неуспешен в своих действиях, он может испытывать чувство вины, переживание которого, в свою очередь, ограничивает дальнейшее проявление инициативы. Задачей родителей в данной ситуации является обеспечение поддержки действий, инициатив ребенка, выражение чувства принятия, поощрение попыток и процесса достижения результата, а не только самого результата.

Рекомендации родителям:

1. в случае, если Ваш ребенок столкнулся с чувством вины, постарайтесь поговорить с ним о том, с чем связаны эти переживания, в чем именно он себя обвиняет;
2. постарайтесь придумать гибкую систему поощрений и демонстрируйте поддержку даже в тех ситуациях, в которых ребенок не справился или не достиг ожидаемых результатов;
3. в качестве поощрения может выступать активность, которая интересна ребенку, например, «догонялки» или совместный поход в парк,

¹ Лейбин В.М. Словарь-справочник по психоанализу. Питер: СПб. [и др.], 2001. 688 с.

понаблюдайте за ребенком, обратите внимание на то, что ему нравится и интересно;

4. поощряйте исследовательский интерес ребенка, проводите вместе опыты, эксперименты, наблюдения;

5. возможно проигрывание каких-либо ситуаций, в которых ребенок будет играть значимую роль, например, представителя какой-либо профессии.