

Консультация для родителей

"Конфликты в семье и их влияние на ребёнка"



Подготовила

Педагог-психолог Самардак Н.И.

(по материалам интернет-сайтов)

В каждой семье бывают разногласия по поводу различных ситуаций. И нередко случается так, что ссоры взрослых происходят в присутствии детей. Родителям необходимо задуматься, как сгладить детские неприятные впечатления от взрослых разговоров.

Конфликт в семье и их влияние на ребёнка

Убеждение, что в благополучной семье нет места размолам и ссорам, – ошибочно. Практически в каждой семье бывают разногласия по поводу возникновения различных ситуаций. Нередко случается так, что ссоры взрослых происходят в присутствии детей.

В случае оскорбления родителями друг друга и выяснения отношений в довольно громких тонах, мамам и папам стоит задуматься о том, как лучше объяснить ребёнку эти негативные моменты, и постараться сгладить детские неприятные впечатления от взрослых разговоров.

Причины конфликтов в семье:

- разные взгляды на семейную жизнь;
- неудовлетворенные потребности и пустые ожидания;
- употребление алкоголя одним из супругов;
- неверность;
- неуважительное отношение друг к другу;
- нежелание участвовать в воспитании детей;
- бытовая неустроенность;
- нежелание помогать по дому;
- различия в духовных интересах;
- эгоизм;
- несоответствие темпераментов;
- ревность и т. д.

Влияние конфликтов на ребенка

К сожалению, при возникновении конфликтов внутри семьи больше всех страдают именно дети. Причем влияние на ребенка проявляется не открыто, как в ситуациях семей с асоциальным поведением, а косвенно. Подобное влияние непременно отражается на личности ребенка.

В этом случае возможны три основных варианта развития событий:

1) Ребёнок – безмолвный свидетель родительской ссоры

Родители и ребенок – это единое целое, в котором мама и папа являются основой для психологического развития ребёнка. Частые ссоры и выяснения отношений между родителями приводят к тому, что у ребёнка пропадает ощущение защищенности. В результате нарастает тревожность, а продолжительные конфликты приводят к серьезным последствиям. Ребенок замыкается в себе, его преследуют страхи и ночные кошмары. Наличие скрытых неразрешенных конфликтов также вредит детской психике. Утаиваемое напряжение, притворная вежливость, отчужденность или враждебность родителей более разрушительны для психики ребенка, чем открытые скандалы.

2) Ребёнок как объект эмоциональной разрядки

Нередко собственное раздражение и недовольство родители выплескивают на ребёнка. Используя ребенка в качестве «громоотвода», родители усугубляют у него чувство неуверенности, непрочности межличностных отношений, провоцируют в нем сомнения в личной ценности и возможностях. Решение конфликтных ситуаций за счет ребенка снижает степень напряженности в семье, но полностью проблемы не решает.

3) Ребёнок как орудие решения семейных конфликтов

Еще одним главным поводом для семейного конфликта является сам ребёнок. Родители, не умея решать собственные конфликты, сводят их решение к ребенку, поощряя или наказывая его за поведение, доказывающее правоту противоборствующих сторон. В результате ребенок должен соответствовать противоречивым требованиям своих родителей, что мешает ему быть самим собой, индивидуальностью. Решая конфликт за счет ребенка, многие родители рвут его на части не только требованиями, но и различными расспросами.

Можно ли избежать семейных конфликтов?

Какой бы благополучной ни была ваша семья, избежать конфликтов вряд ли получится. ***Важно – не уходить от ссор, а учиться решать их конструктивным путем.***

Самый приемлемый способ решения конфликтов – *шаг к компромиссу*. Вместо вопроса: "Кто виноват?", лучше задуматься: "А как нам поступить?", не забывая,

что ссора имеет единую цель – достигнуть общности взглядов в разрешении проблемы.

При любом конфликте родители должны подавлять себя, потому что ссоры и выяснение отношений причиняют непоправимый вред детям. Ссору, возникшую в присутствии детей, необходимо завершить позитивно, чтобы они увидели, что родители помирились и им ничего не угрожает.

Конфликты родителей и детей: варианты разрешения

Причины возникновения конфликтов между родителями и детьми

Возьмем один из типичных примеров причины возникновения конфликта родителей и детей (знаком ли он вам?): семья располагается вечером у телевизора, но смотреть каждый хочет свое. Например, сын - заядлый болельщик, и он рассчитывает посмотреть трансляцию футбольного матча. Мама настроена на очередную серию зарубежного фильма. Разгорается спор: мама никак не может пропустить серию, она "весь день ее ждала"; сын никак не может отказаться от матча: он "ждал его еще дольше!".

Что создает конфликтную ситуацию и приводит к "накалу страстей"? Очевидно, что дело - в столкновении интересов родителя и ребенка, что и порождает конфликт. Заметим, что в подобных случаях удовлетворение желания одной стороны означает ущемление интересов другой и вызывает сильные отрицательные переживания: раздражение, обиду, гнев. Что же делать в таких случаях?

Неконструктивное разрешение конфликтов

Два известных неконструктивных способа разрешения конфликтов известный психолог Ю. Б. Гиппенрейтер объединяет под названием ***"Выигрывает только один"***.

1) Первый неконструктивный способ разрешения конфликта родителей и детей можно назвать ***"Выигрывает только родитель"***:

а) Родители, склонные использовать первый способ, считают, что побеждать ребенка, ломать его сопротивление необходимо. Дашь ему волю, так он "на шею сядет", "будет делать, что хочет". Сами того не замечая, они показывают детям сомнительный пример поведения: "всегда добивайся того, что ты хочешь, не считаясь с желаниями другого". А дети очень чувствительны к манерам родителей, и с раннего детства им подражают. Так что в семьях, где применяются авторитарные, силовые методы, дети быстро учатся делать то же. Они как бы возвращают взрослым преподанный урок, и тогда "коса находит на камень".

б) Есть и другой вариант этого способа: мягко, но настойчиво требовать от ребенка выполнения своего желания. Часто это сопровождается объяснениями, с

которыми ребенок, в конце концов, соглашается. Однако если такой нажим - постоянная тактика родителей, с помощью которой они всегда добиваются своего, то ребенок усваивает другое правило: ***"Мои личные интересы (желания, потребности) не в счет, все равно придется делать то, что хотят или требуют родители"***.

В некоторых семьях это продолжается годами, и дети постоянно оказываются побежденными. Как правило, они растут либо агрессивными, либо чрезмерно пассивными. Но в обоих случаях у них накапливаются озлобление и обида, их отношения с родителями нельзя назвать близкими и доверительными.

2) Второй неконструктивный способ разрешения конфликта родителей и детей - ***"Выигрывает только ребенок"***: По этому пути идут родители, которые либо боятся конфликтов ("мир любой ценой"), либо готовы постоянно жертвовать собой "ради блага ребенка", либо и то и другое. В этих случаях дети растут эгоистами, не приученными к порядку, не умеющими себя организовать.

Все это может быть и не так заметно в пределах семейной "всеобщей уступчивости", но едва они выходят за двери дома и включаются в какое-то общее дело, как начинают испытывать большие трудности. В школе, на работе, в любой компании им уже никто не хочет потакать.

В такой семье у родителей накапливается глухое недовольство собственным ребенком и своей судьбой. В старости такие "вечно уступчивые" взрослые часто оказываются одинокими и заброшенными. И только тогда наступает прозрение: они не могут простить себе мягкотелость и безответную самоотдачу.

Конструктивный способ разрешения конфликтов:

"Выигрывают обе стороны: и родитель, и ребенок"

Алгоритм решения включает в себя несколько шагов:

1) ***Первый шаг - прояснение конфликтной ситуации***: Сначала родитель выслушивает ребенка. Уточняет, в чем состоит его проблема, а именно: что он хочет или не хочет, что ему нужно или важно, что его затрудняет и т.д. Делает он это в стиле активного слушания, то есть обязательно озвучивает желание, потребность или затруднение ребенка. После этого он говорит о своем желании или проблеме, используя форму "Я сообщения". Например: "Знаешь, я очень ждала этой передачи (вместо: «Ты что, не знаешь, что я смотрю ее каждый день?!»).

Еще раз замечу, что начинать надо именно с выслушивания ребенка. После того, как он убедится, что вы слышите его проблему, он с гораздо большей готовностью услышит и вашу, а также примет участие в поисках совместного решения. Часто, едва взрослый начинает активно слушать ребенка, острота назревающего конфликта спадает.

2) Второй шаг - сбор предложений по решению конфликтной ситуации: этот этап начинается с вопроса: "Как же нам быть? ", "Что же нам придумать? ", или: "Как нам поступить?". После этого надо обязательно подождать, дать возможность ребенку первому предложить решение (или решения), и только затем предлагать свои варианты.

При этом ни одно, даже самое неподходящее, с вашей точки зрения, предложение, не отвергается с места. Сначала предложения просто набираются "в корзинку". Если предложений много, их можно записать на листе бумаги. Когда сбор предложений окончен, делают следующий шаг.

3) Третий шаг - оценка предложений разрешения конфликта и выбор наиболее приемлемого: на этом этапе проходит совместное обсуждение предложений. "Стороны" к этому времени уже знают интересы друг друга, и предыдущие шаги помогают создать атмосферу взаимного уважения. Когда в обсуждении участвует несколько сторон, наиболее приемлемым считается предложение, которое устраивает всех участников.

4) Шаг четвертый - детализация принятого решения: предположим, в семье решили, что сын уже большой, и ему пора самостоятельно вставать, завтракать и выходить в школу. Это освободит маму от ранних хлопот и даст ей возможность выспаться. Однако одного решения мало. Надо научить ребенка пользоваться будильником, показать, где какая еда лежит, как разогревать завтрак и т.д.

5) Пятый шаг – выполнение принятого решения, проверка его выполнения: возьмем такой пример: семья решила разгрузить маму, поделить домашние дела более равномерно. Пройдя все этапы, пришли к определенному решению. Его хорошо бы записать на листочке и повесить на стену (см. шаг четыре).

Предположим, на старшего сына пришлось такие обязанности: выносить мусор, мыть по вечерам посуду, покупать хлеб и отводить младшего брата в сад. Если раньше мальчик не делал всего этого регулярно, то на первых порах возможны срывы.

Не стоит пенять ему при каждой неудаче. Лучше подождать несколько дней. В удобный момент, когда есть время у него и у вас, и никто не раздражен, можно спросить: "Ну как у тебя идут дела? Получается ли? ".

Лучше если о неудачах скажет сам ребенок. Возможно, их будет слишком много. Тогда стоит уточнить, в чем, по его мнению, причина. Может быть, что-то не учли, или нужна какая-то помощь; или он предпочел бы другое, "более ответственное" поручение.

В заключение, стоит заметить, что этот способ никого не оставляет с чувством проигрыша и позволит разрешить конфликт родителей и ребенка максимально

эффективно. Он приглашает к сотрудничеству с самого начала, и в конечном итоге выигрывают все.