**«СЕМЕЙНЫЕ КОНФЛИКТЫ И ДЕТИ: НЕГАТИВНЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ КОНФЛИКТОВ В СЕМЬЕ ДЛЯ РЕБЕНКА».**

**Нет, пожалуй, ни одной семьи, где ни разу бы не возникало разногласий между родителями. И это вполне нормальное явление. Убеждение, что в благополучной семье нет места размолвкам и ссорам, - ошибочно, потому что семья - это активная система, которая состоит из индивидуальностей, поэтому возникновение конфликтов между ними неизбежно. С помощью ссор люди решают проблемы семьи и, если выяснение отношений не заключается в личных нападках, вполне вероятно конструктивное решение проблем, снятие психологического напряжения, поддержка друг друга, а также стабилизация внутрисемейных отношений.**

**К сожалению, в пылу семейных ссор родители не задумываются о том, что в данный момент чувствует их ребенок. В то же время, гнетущая эмоциональная атмосфера, когда ссорятся (а порой и дерутся!) два его самых близких и любимых человека, оказывает огромное давление на неокрепшую детскую психику, откладывая огромный отпечаток на всё, что ребенок делает сейчас, и каким он будет в дальнейшем.**

**Основные модели поведения детей в семейных конфликтах — как ведет себя Ваш ребенок во время конфликтов в семье?**

**Поведение ребенка при конфликтах, происходящих в семье, во многом зависит от его возраста, темперамента, самооценки, стрессоустойчивости, активности и общительности. Психологи выделили основные модели поведения детей в семейных конфликтах:**

**· Ребенок-буфер. Этот ребенок неосознанно или сознательно пытается сгладить все острые углы или примирить родителей. Все переживания, которые он испытывает, рано или поздно выливаются в его болезни, являющиеся условно-желательными, потому что отвлекают всех от продолжения ссоры. Очень часто у такого ребенка развивается серьезное заболевание – бронхиальная астма, экзема, или целая череда простудных заболеваний. Часты также нарушения неврологического плана – беспокойный сон и трудности с засыпанием, ночные кошмары, энурез, заикание, нервные тики или синдром навязчивых движений.**

**· Если Ваш ребенок часто болеет или у него наблюдаются какие-либо нарушения здоровья – проанализируйте ситуацию в семье. Может быть, Вы найдете корень всех его недомоганий в частых ссорах и, конечно, постараетесь его свести на нет, ради здоровья любимого малыша.**

**· Ребенок встает на сторону более слабого родителя. Такой ребенок старается защитить более слабого родителя в семейных конфликтах, вставая на его сторону и полностью бойкотируя другого**

**родителя. Если Ваша семья часто переживает ссоры и конфликты, а такое поведение типично для Вашего ребенка, в дальнейшем это послужит причиной стойких неудач в личной жизни и формированию неправильного образа своей взрослой роли.**

**· Ребенок уходит в себя. Такой ребенок принимает нейтральную позицию в семейных конфликтах, стараясь не принимать в них участие. Он может внутренне очень переживать свою неспособность уладить данные конфликты, но внешне никак не проявлять эмоций, становясь отдаленным от близких людей, дистанцируясь всё больше и больше от семьи, уходя в свое одиночество и не пуская во внутренний мир никого. Такой малыш очень тяжело будет адаптироваться в любом детском коллективе, а потом – в социуме, частыми его спутниками будут депрессия, неуверенность в себе, страхи, пониженная самооценка. В подростковом возрасте такие дети становятся неэмоциональными и замкнутыми, и часто находят утешение в том, что запрещено – курении, выпивке, наркотиках, уходах из дома и т.д.**

**Бытует мнение, что на ребенка негативно влияют только те конфликты в семье, которые произошли при нем. Но психологи обращают внимание родителей на тот факт, что дети способны глубоко переживать даже скрытые конфликты между родителями, которые не выливаются во внешнюю ссору или обвинения друг друга, но надолго поселяют в семье отчужденность и холод в отношениях.**

**Такая «холодная война» способна исподволь разрушать психику ребенка, порождая те же самые проблемы, о которых мы говорили выше.**

**Последствия конфликтов в семье для будущей взрослой жизни ребенка**

**1. Дети, часто переживавшие конфликты в родительской семье, в своей взрослой жизни имеют внутриличностный конфликт и заниженную самооценку, при любых стрессовых ситуациях часто испытывают депрессию и неуверенность в себе, у них часто развиваются неврозы.**

**2. У ребенка из конфликтной семьи формируются специфические черты характера, мешающие его социализации во взрослой жизни: замкнутость, агрессивность, безразличие, жестокость по отношению к окружающим, полное безразличие.**

**3. Во время переживания семейных конфликтов у ребенка формируется сценарий поведения в его собственной семье.То есть, такой ребенок зачастую берет родительскую семью за образец, который применит в своей собственной семье, и конфликты в ней будут также частым явлением.**

**4. У ребенка формируется негативная картина мира, и это значительно ухудшает качество его собственной взрослой жизни в**

**будущем. Такой человек не будет верить никому, он будет очень тяжел в общении, полон пессимизма и цинизма.**

**5. Дети из семей, переживающих частые конфликты, могут стать очень озлобленными, агрессивными, жестокими во взрослой жизни. Такие дети не понимают чужой боли, и у многих из них есть тяга причинять боль другим. Ребенок может попросту тянуться к противозаконным сторонам жизни, преступать закон, совершать противоправные жестокие поступки, часто – немотивированные, в отношении других людей. Семейные конфликты и дети: как избежать негативного влияния ссор на ребенка?**

**Для того, чтобы не допустить негативных последствий семейных конфликтов для ребенка, Вы должны прибегать к советам, которые дают квалифицированные психологи:**

**· Постараться не ссориться вообще. Этот совет предполагает пересмотр родителями своего поведения, выяснения наиболее частой причины ссор и избавления от неё. Совет больше используется теми родителями, которые желают работать над собой и своими отношениями, а также не хотят, чтобы их ребенок получал негатив в семье. Задавшись такой целью, родители могут избавить ребенка от всех вышеописанных проблем и переживаний, а заодно – укрепить семью и свои отношения друг с другом.**

**· Если ссора неизбежна, то родители должны постараться выяснять отношения без присутствия ребенка. Конечно же, при этом необходимо пользоваться правилами ведения конфликта, чтобы не усугубить его, а, наоборот, исчерпать вовсе.**

**· Ни в коем случае не нападайте друг на друга с критикой и обвинениями. В таком случае, конфликт будет только расти, как снежный ком.**

**· Угрозы друг другу – это табу для конфликтов вообще. Помните, что дети – максималисты, и все ваши слова они принимают на веру, за чистую правду, и их воображение способно разрисовать ваши угрозы до чудовищных размеров, что вызовет стресс у маленького человека. Угрожать друг другу при ребенке или угрожать ребенку – значит, сломать его неокрепшую психику.**

**· Если в семье конфликт пока имеет форму спора, то постарайтесь не развивать его. В споре полагается четко приводить аргументы, называть проблему, говорить откровенно и обязательно – выслушивать другую сторону. Если родители будут владеть искусством ведения споров, то конфликтов в семье не будет, и, естественно, их последствий для ребенка – тоже.**

**· Если ребенок вдруг оказался свидетелем конфликта между родителями, то очень важно — поговорить с ним, спросить, что он ощущает и чувствует.**

**· Ребенку необходимо сказать, что его любят мама и папа, и произошедшая ссора ни в коем случае не разрушит семью, и не изменит родительскую любовь к ребенку.**

**· Запрещенный прием – критиковать перед ребенком другого родителя, негативно о нем говорить, настраивать ребенка против него. Такое родительское поведение, когда ребенок является орудием и участником ссоры, жестко ломает детскую психику и наделяет маленького человека массой комплексов и переживаний, которые просто непосильны для детской души.**

**Что делать, если ребенок стал свидетелем конфликта между родителями**

**· Старайтесь «сдерживать» язык в присутствии детей. Сдерживайте желание обзывать мужа/жену, оскорблять, если не хотите, чтобы дети потом это повторяли. Чтобы этого добиться, нужна практика – и в плохой день это иногда просто невозможно! Но попытаться стоит!**

**· Покажите, что вы себя уважаете, поэтому говорите спокойно, но уверенно в момент ссоры.**

**· Не забудьте сказать вашим детям, что конфликт, при котором они присутствовали, исчерпан. Неразрешенные конфликты могут весьма травмировать психику детей.**

**· Подумайте дважды, прежде чем отрицать, что что-то не в порядке, если вас об этом спрашивает ребенок. Дети часто чувствуют «напряжение в воздухе», даже если им говорят, что все в порядке. Некоторые родители с самыми благими намерениями стараются «прятать» от детей все конфликты, чтобы не травмировать их. Однако это может лишить детей возможности наблюдать, как развиваются отношения, и учиться тому, что все должны участвовать в решении проблем. У многих детей чувство своей безопасности рождается из знания, что родители сумеют решить все проблемы, даже если они и не всегда согласны с этим решением.**

**· Старайтесь, чтобы ваши объяснения были простыми. Дети могут считать себя виноватыми в том, что вы сердитесь, если истинную причину вашего гнева вы не объяснили им.**

**· Говорите своим детям, что любые чувства имеют право на существование (но добавьте, что это не означает, что любое поведение имеет такое право). Затем покажите им, что вы имеете в виду, поощряя их выразить собственные чувства. Пусть ваши дети слышат, что у вас был напряженный день. Пусть они видят, как вы успокаиваете мужа**

**после трудного рабочего дня. Дети должны понять, что дом – это безопасное место и что плохие чувства бывают у всех.**

**Быть родителем – это великое искусство, которому учатся на протяжении всей жизни. Родители должны найти возможность конструктивного решения всех возникающих споров между ними, и ни в коем случае не привлекать к ним ребенка.**

**Если Вы любите своего ребенка, то, в первую очередь, будете заботиться о его душевном комфорте и благополучии, а свои амбиции усмирите, не позволяя им перерасти в противостояние.**

**Подготовила :**

**Матейко И.В.**