

«Ребёнок в конфликтной семье»



Педагог - психолог

Ермолаева Юлия Алексеевна

Слово «Конфликт» – с латинского корня и в буквальном переводе означает столкновение, серьёзное разногласие, спор.

Причина конфликта – противоречия, напряжённость в отношениях. Вызванные различными или противоположными интересами.



Как ребенок реагирует на ссоры родителей:

Дети, чьи родители часто ругаются, начинают испытывать страх, что их семья под угрозой и есть риск того, что мама или папа могут уйти. Дети воспринимают все слова буквально, а взрослые во время скандала, в порыве гнева, с легкостью произносят слова о разводе, не задумываясь о последствиях.



Последствия семейных конфликтов для ребёнка

Подавленное состояние

Апатия, испуг, нервозность

Агрессивное поведение

Снижение иммунитета

Ухудшение сна (ночные кошмары)

Проблемы во взаимоотношениях со сверстниками (детский сад/школа)

Недержание мочи

Задержки в развитии

Кожный зуд

Снижение аппетита

Появление вредных привычек: грызёт ногти, кусает губы, наматывает пряжу на волосы

В этом случае
возможны три
варианта развития
событий:

- ребенок становится «безмолвным свидетелем» - очевидцем родительских конфликтов;
- малыш может играть роль "громоотвода" - объекта эмоциональной разрядки своих родителей;
- ребенок становится орудием в разрешении конфликта.

Психологи выделили основные модели поведения детей в семейных конфликтах:



Ребёнок-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



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 неуверенность в себе, страхи, пониженная самооценка.*

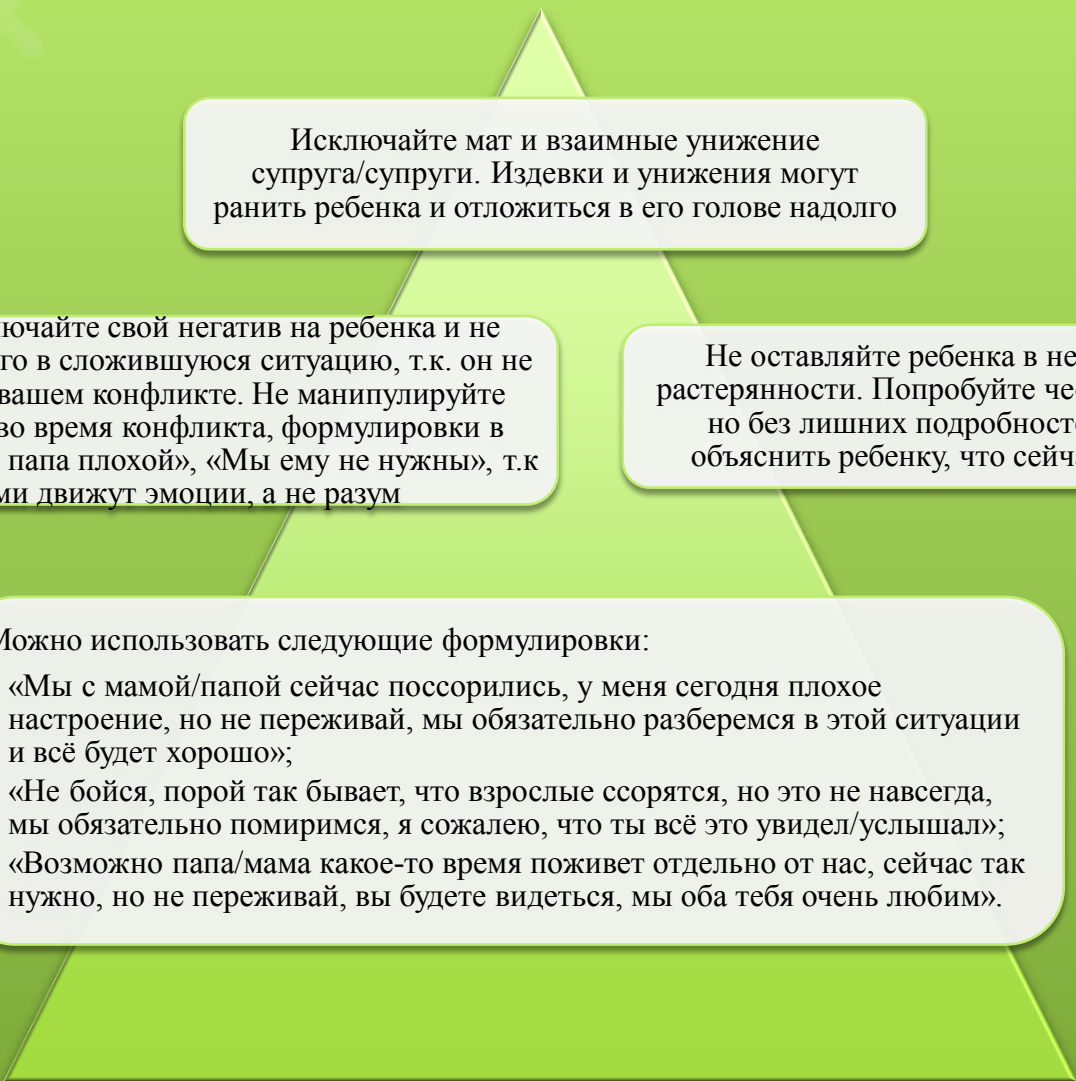
Как бережно выяснять отношения, без вреда для детей:

Старайтесь не
повышать тон, не
переходите на
крики

В идеале – избегать конфликтных ситуаций и не развивать их, но, если сделать это сложно, можно обсудить и закрепить определённые правила, для выяснения отношений в паре. Это могут быть следующие правила:

Выяснять отношения
в другом месте, без
присутствия ребенка

Не ведите себя
агрессивно, не бейте
предметы, которые
попались вам под
руку, не стучи по
столу, не хлопайте
дверьми – всё это
может очень напугать
ребенка



Исключайте мат и взаимные унижение
супруга/супруги. Издевки и унижения могут
ранить ребенка и отложиться в его голове надолго

Не переключайте свой негатив на ребенка и не
втягивайте его в сложившуюся ситуацию, т.к. он не
виноват в вашем конфликте. Не манипулируйте
ребенком во время конфликта, формулировки в
стиле: «Твой папа плохой», «Мы ему не нужны», т.к
вами движут эмоции, а не разум

Не оставляйте ребенка в непонимании и
растерянности. Попробуйте честно и искренне,
но без лишних подробностей и деталей,
объяснить ребенку, что сейчас происходит

Можно использовать следующие формулировки:

- «Мы с мамой/папой сейчас поссорились, у меня сегодня плохое настроение, но не переживай, мы обязательно разберемся в этой ситуации и всё будет хорошо»;
- «Не бойся, порой так бывает, что взрослые ссорятся, но это не навсегда, мы обязательно помиримся, я сожалею, что ты всё это увидел/услышал»;
- «Возможно папа/мама какое-то время поживет отдельно от нас, сейчас так нужно, но не переживай, вы будете видеться, мы оба тебя очень любим».

Обратная связь ребенку в момент ссоры или после неё необходима для того, чтобы он понимал, что происходит, что в любом случае он в безопасности и ему ничего не угрожает, и его по-прежнему любят оба родителя.

Что касается общения между партнерами во время ссоры: нужно учиться спокойно и объективно высказывать своё недовольство, агитируя супруга/супругу к мирному разрешению конфликта. Не переходите на личности, не опускайтесь до взаимных оскорблений, не приплетайте прошлые обиды, не используйте обвинительных утверждений, не делайте виноватым только вашу вторую половинку. Вместе и спокойно проанализируйте вспыхнувший конфликт и детально разберите объект/причину вашей ссоры.

Когда конфликт закончен и вы оба успокоились, отличной практикой будут взаимные извинения. Так ребенок увидит, что обо родителя заинтересованы в примирении, что мама и папа оба готовы идти на уступки и дорожат друг другом. Демонстрируйте взаимное уважение, показывайте любовь и заботу друг о друге.

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.**



Источники:

- <https://www.b17.ru/>
- <https://nsportal.ru/>