

ДЕТИ И КОНФЛИКТЫ В СЕМЬЕ

Под **семейным конфликтом** понимают любое столкновение противоположных взглядов, интересов, потребностей, целей и ценностей членов семьи.

Конфликты бывают:

- ✚ Случайные, из-за мелких бытовых неурядиц
- ✚ Декларирующие тотальное несовпадение позиций и разрушающие семью

По составу участников:

- ✚ Супружескими
- ✚ Родственно-родительскими (между родителями и детьми, маленькими и выросшими)
- ✚ Семейно-родственными (между братьями и сестрами, свекровью и невесткой и т.д.)

Супружеские конфликты тяжелее всего переносятся ребенком, поскольку оба родителя для него важны и любимы одинаково, а тяжелые кризисы в их отношениях ставят под угрозу целостность семьи как безопасной среды.

Поведение ребёнка в семейном конфликте

Первый тип – ребёнок становится «буфером», сдерживает конфликт, осознанно или неосознанно пытаясь примирить обе стороны.

Пример: ребенок является важной деталью семейной системы и выходит тем самым из своей детской позиции, растит в себе излишнюю ответственность, рано взрослеет, а часто и заболевает – стихийными приступами бронхита или чем-нибудь серьезным и тяжелым, чтобы объединить родителей в усилиях по уходу за ним и тем самым примирить.

Второй тип – ребенок принимает одну из сторон конфликта.

Пример: злится на отца и бойкотирует его, слушая ото всех остальных лишь негатив в адрес отца. Это нарушает и семейную систему, и психику ребенка. Внутри него скапливаются самые разные чувства: и стыд, и злость на участников конфликта, в том числе и на самого себя, и ощущение вины – всё это мешает его дальнейшему психологическому развитию и может остаться в психике на всю жизнь.

Третий тип – ребенок уходит в себя, дистанцируется от семейных конфликтов.

Такое поведение может привести ребенка к асоциальности, к психическим проблемам: депрессии, уходу в мир иллюзий, фантазий, подавленности, замкнутости.

Поведение родителей в конфликте

Ребенку необходимо чувствовать две вещи:

- ✚ Чувства бывают разные, в том числе и негативные, люди периодически злятся, ссорятся – это нормально
- ✚ Родители вместе, они уважают друг друга, и их разногласия не приведут к непереносимой взаимной ненависти, разрушению отношений.

Правила общения с ребенком, когда вы в конфликте:

- ✚ Стоит вслух проговаривать ребенку, что происходит: обозначать свои чувства, предполагать его чувства по этому поводу (я сержусь на папу, вижу, ты расстроен).
- ✚ Неэффективно с психологической точки зрения прятать от ребенка большие разногласия и ругаться в его отсутствие, а с его приходом изображать милую семью.
- ✚ Конфликт может быть признан и обозначен (да, сегодня мы поссорились, поругались), но не конкретизирован.
- ✚ Попробуйте привязать свои чувства к конкретной конфликтной ситуации, стараясь не обобщать и не ненавидеть партнера в целом, обесценивая все ваши отношения, и тем более не транслируйте эту ненависть ребенку, уважая его любовь к партнеру как к родителю.
- ✚ Важно определить для ребенка и свое состояние, обозначить его во времени и пространстве, чтобы у него не возникало ощущение вселенской катастрофы: «Я сердита на папу сегодня. Думаю, мне надо немного подумать, и завтра я буду в порядке» или «Нам с папой сегодня хочется отдохнуть друг от друга, поэтому он пойдет в боулинг, а я в кино».

Помните, что ребенок должен знать: он для вас превыше всего на свете!