Консультация для родителей

**Семейные ссоры и дети**

 Для каждого ребёнка мама и папа являются примером подражания во всем. И нередко по маленькому человечку можно с точностью определить, какая атмосфера царит между родителями в семье. Часто такие «проявления» взрослой жизни случаются в момент общения малыша с его сверстниками.

Выражение агрессии (вербальной или физической), провокации, социальная дезадаптация (неумение ладить, взаимодействовать мирно с другими, общаться) – яркая картина проживания ребёнка в условиях социального семейного неблагополучия.

В сегодняшней консультации речь пойдет о том, как постараться свести к минимуму возникшую ссору, а если это невозможно, как оградить детей от негативного воздействия отрицательных эмоций.

Дети настолько чувствительны к проявлениям отрицательных эмоций, что даже не надо начинать кричать. Чаще всего дети понимают, что скоро быть «беде» даже по тону голоса родителей, сарказмам, а порой даже по взглядам взрослых. Важной задачей родителей является максимально защитить своих чад от ссоры взрослых людей, ведь такие выяснения отношений непосредственно влияют на отношения ребёнка с другими детьми, особенно во время пребывания в детском саду.

Реакция детей на ссоры родителей практически одинакова для всех. Так в возрасте до трех лет малыш реагирует плачем; став чуть старше дети стараются спрятаться в своей комнате от преследующих их криков, где проводят все время плача, а могут пытаться привлечь внимание родителей, цепляясь за одного из них. В переходном возрасте многие ребята активно участвуют в ссорах, пытаясь высказать и отстоять свою точку зрения, но может быть и так, что они просто исчезают с «поля боя».

Конечно, все понимают, что ссоры иногда не получается избежать, но, если придерживаться некоторых рекомендаций можно немного уберечь малыша от влияния ссоры.

Во-первых, большая ошибка во время ссоры, когда один из родителей в порыве гнева уходит на улицу. В этом случае ребенка может напугать это, так как он не может понять, почему ушла мама или же папа, вернуться ли они снова в семью.

Во-вторых, ни в коем случае нельзя привлекать малыша к ссоре, пытаясь выяснить, кто прав в данной ссоре. В этом случае родители заставляют ребенка сделать выбор между двумя любимыми для него людьми.

В-третьих, нельзя заставлять детей принимать решения, угрожая им, к примеру, разводом, а такого рода прессинг является для малышей самым страшным.

В-четвертых, обвинять ребенка в возникшей ссоре, безусловно, запрещено. Если противоречия возникают в сфере воспитания детей, то выяснять отношения лучше без присутствия ребенка.

Во многих ссорах дети считают себя виноватыми – это еще одни факт против того, чтобы исключить хоть малейшее упоминание о роли ребенка в этой ссоре.

Споры, а не ссоры, в семье в некотором роде полезны для детей, но это касается лишь тех случаев, когда во время конфликта в семье удалось найти компромисс или же закончить спор примирением. Такой «опыт» научит ребенка искать альтернативное решение во всех конфликтах.

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

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.

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.

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

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.

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.



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

1. 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.



2. 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.

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

4. 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.

5. 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.

6. 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.

7. 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**

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.