

СЕМЕЙНЫЙ КОНФЛИКТ И ДЕТИ

Ребенок – орудие разрешения семейных споров.



Возможным вариантом семейного конфликта, в котором дети выступают своеобразным орудием разрешения супружеских разногласий, может быть такой, когда мать, не удовлетворенная своими отношениями с отцом, разряжает нервное напряжение на детях, провоцируя проявления у них эмоциональных и поведенческих нарушений. Отец же, недовольный их поведением, пытается ужесточить свои требования, что, однако, встречает противодействие матери,

усиливая ее отрицательные чувства к мужу. В результате в обоих случаях ребенок переживает из-за того, что он не может быть самим собой, найти признание, любовь и понимание в семье. Вместо этого он должен быть во всем «хорошим» и беззаветно любить и уважать родителей так, как этого хочется им. Стремясь отстоять свою независимость, мать и отец, каждый в отдельности, выбирают для самоутверждения самый подходящий объект – своего ребенка – и разрывают тем самым его любовь на неравные части. Мало того, они усугубляют и без того тяжелое положение ребёнка провокационным вопросом: «Ты кого больше любишь: меня или папу (маму)?». В подобной ситуации дети, чувствуя изменения в отношениях родителей, пытаются справиться с противоречиями на свой лад. Они разными путями приспособляются к новым отношениям. Часто бывает так, что дети один раз выступают за папу, а другой раз - за маму, потому что хотят дружить и с тем и с другим. Однако такой способ поведения – толчок к эгоизму и лицемерию, потому что ребенок быстро учится извлекать из конфликта выгоду. Подобное случается особенно часто, когда один из родителей или оба жалуются ребенку и стараются снискать его расположение разными способами, например подарками.

У ребенка складывается ощущение вседозволенности, ибо то, что запрещает отец, разрешает мать, и наоборот. Антипедагогичность такой позиции в семье очевидна.

Родители, в отношениях которых образуется трещина, невольно превращают ребенка в орудие борьбы, а иногда и мести. Происходит это по большей части неосознанно. **Но до того момента, пока ребенок социально и психологически созреет, что бы разобраться в перипетиях отношений взрослых, он впитывает в себя все: и хорошее, и плохое, и полезное, и вредное, становясь своеобразным зеркалом, отражающим происходящее в семье и во взаимоотношениях родителей.** У некоторых детей развивается склонность к доносам, цинизм, они становятся недоверчивыми, замыкаются в себе. У кого-то это порождает преждевременный сексуальный интерес и преувеличенную самоуверенность. **Реакция с их стороны в ответ на семейный конфликт может быть непредсказуемой. Но, как отмечают многие исследователи общим будет появление эмоциональных расстройств в**

виде возбудимости, беспокойства, сниженного фона настроения, нарушений сна и аппетита. Кроме того, дети страдают от своего бессилия что-либо изменить во взаимоотношениях родителей. Если они могут как-то воздействовать на отношение к себе несогласием, упрямством, перевозбуждением или заторможенностью, то при конфликте между родителями часто лишены возможности прямо влиять на его исход, пока их состояние не станет настолько тяжелым, что заставит родителей (по крайней мере, одного) обратить на него внимание.

Последствия семейных конфликтов для детей

Нити семейных конфликтов тянутся очень далеко. Их последствия отражаются не столь на состоянии детской души, но и на всей дальнейшей жизни, ибо дети из конфликтных семей выходят с глубокими внутриличностными конфликтами. **Эмоциональная нестабильность семейных, супружеских и родительских отношений, отсутствие единства мнений и солидарности родителей в их педагогическом воздействии на ребенка – все это часто приводит к формированию у ребенка чувства страха, неуверенности в себе, неверия в свои силы и способности, замкнутости и нелюдимости, уходу в себя.** Это может сказаться и на их собственных семьях, собственных детях, потому что семья, в которой вырос ребенок, дает образец той семьи, которую он образует, став взрослым. Психологи отмечают, что ребенок впервые познает, усваивает роли отца и матери, мужа и жены, мужчины и женщины в процессе ежедневных контактов, общения с родителями, близкими людьми. Через общение с родителями происходит его вхождение в мир человеческих отношений. Закономерно, что молодые люди, перенявшие негативные черты поведения своих родителей, испытывают в жизни гораздо большие трудности, чем другие: их семейная жизнь начинается с того, что им приходится сначала переучиваться, прежде чем начать учиться искусству жить а семье. Переучивание требует дополнительных сил как от человека, так и от окружающего его мира, прежде всего близких ему людей.

Дети, пережившие ссоры между родителями, получают неблагоприятный старт в жизни. Отрицательные воспоминания детства очень вредны, они обуславливают соответствующим образом мышление, чувства и поступки во взрослом возрасте. Поэтому родители, не умеющие найти взаимопонимания друг с другом, должны всегда помнить о том, что даже при неудачном браке в семейные конфликты не должны втягиваться дети. О проблемах ребенка следует думать в первую очередь, по крайней мере, не меньше, чем о собственных.

Исходя из вышеизложенного, вполне естественно возникает вопрос: можно ли избежать семейных конфликтов, не доводя их до хронического состояния? А если все таки конфликт возник, какие меры следует предпринимать, что бы нейтрализовать его психотравмирующее воздействие на членов семьи, и прежде всего на детей?

Предотвращение и разрешение семейных конфликтов

Как уже отмечалось выше, разногласия в любой семье, какой бы дружной она не была, неизбежны, потому что в ней живут бок о бок люди с разными потребностями, взглядами, интересами, установками и, наконец, индивидуально – психологическими и личностными особенностями. Поэтому очень важно уметь находить оптимальные

варианты разрешения возникших семейных трудностей, задач и проблем, не ущемляя достоинств друг друга.

К сожалению, это не просто сделать, как может показаться на первый взгляд. Психологами выделяется несколько типичных вариантов завершения (исходов) конфликтов.

Первый (наиболее распространенный): *принуждение* – волевое навязывание такого решения, которое устраивает лишь инициатора конфликта. Такой авторитарный прием имеет самые неблагоприятные последствия: ущемляются права членов семьи, унижается их достоинство, достигается внешнее благополучие, а на самом деле в любой момент может наступить кризис.

Вариант второй: *конфронтация* – никто из участников конфликта не принимает во внимание позицию другого, накапливается негативизм отношений, дело доходит до личных оскорблений, общие интересы семьи отодвигаются на задний план, а у её членов нарастают стрессовые состояния.

Третий вариант: *уход от разрешения возникшего противоречия*. В целом такой прием нельзя признать эффективным: конфликт остается, а развязка лишь оттягивается. Однако положительно здесь то, что появляется время для обдумывания претензии, для принятия решения.

Четвертый вариант: *сглаживание конфликта*. Это позволяет снять напряженность, добиться нормальных отношений, но не всегда.

Наконец, самый приемлемый выход из конфликта – *компромисс*, т.е. открытый поиск наиболее удобного и справедливого для обеих сторон решения. Здесь обязательны равенство прав и обязанностей, откровенность требований, взаимные уступки. Снять напряженность. Снять напряженность и найти оптимальное решение помогает соблюдение следующих условий разрешения конфликта: сужение «площадки» спора до минимума; управление отрицательными эмоциями; стремление супругов решать конфликт с позиции доброты; недопустимость «приклеивания» ярлыков друг другу. При разрешении конфликта традиционный вопрос «Кто виноват?» необходимо заменить другим вопросом: «Как нам быть?». Следует как можно чаще использовать юмор и всегда помнить, что спор должен вестись во имя единения.

Естественно, этими правилами не исчерпывается арсенал допустимых средств конструктивного разрешения семейных конфликтов. Известный чешский психотерапевт С. Кратохвил предложил своеобразную **супружескую тактику, такую форму коммуникации с партнером, следование которой способствует предупреждению возможных конфликтов, напряженности в отношениях, конфронтации и ссор**. В частности он рекомендует использовать позитивные формы поведения, предполагающие подавление агрессивных чувств или, по крайней мере, их внешних проявлений.

С целью установления благоприятного психологического климата в семье С. Кратохвил советует ориентироваться на следующие приемы супружеской тактики.

Интересоваться партнером. Для того что бы иметь хорошие отношения с брачным партнером, необходимо постараться лучше узнать его: интересоваться им, его мнением, его увлечениями, познать не только его положительные качества, но и попытаться понять его слабые стороны – словом, узнать и понять его. Тому, кто интересуется лишь собственными проблемами, будет трудно контактировать с людьми и, естественно, со своим спутником жизни. Понимание другого значительно сокращает число поводов к проявлению агрессии.

Слушать партнера. Умение внимательно слушать обеспечивает хороший контакт с людьми и часто бывает более ценным, чем умение говорить. И семья в этом плане не является исключением. Например, обрушившийся на только что вернувшегося с работы мужа нескончаемый поток слов жены о последних соседских новостях, о непослушании детей, о нехватке какой-то вещи в гардеробе и т.д. вряд ли будет способствовать установлению благоприятного психологического климата в семье. В подобной ситуации мужу остается только молчать и сосредоточиться на своих мыслях, которыми он надеялся поделиться с женой. Тактичная жена сначала позволила бы высказаться мужу и внимательно выслушала бы его, а потом ненавязчиво рассказала бы ему о своих делах и проблемах.

Говорить о том, что интересует партнера. Часто бывает недостаточно только внимания слушателя. Говорящий должен чувствовать, что собеседник не только слушает, но и следит за ходом его мысли, понимает его. Поэтому необходимо заботиться о том, что бы супруга или супругу интересовало содержание беседы.

Не злоупотреблять критикой. Часто критика бумерангом возвращается в адрес критикующего. Если мы начинаем критиковать, можно не сомневаться: нам отплатят тем же. Когда жена говорит мужу, что он не брит и плохо выглядит, она может получить и такой ответ: «Сначала посмотри на себя, как ты выглядишь». Критика должна включать и позитивные элементы, она не должна задевать достоинства партнера, а скорее «подталкивать» его к самокритике. Не следует делать критические замечания в форме нападок, критика не должна быть прямой: критикуя партнера, необходимо одновременно похвалить что-то положительное в нем.

Быть осторожной с приказами. Большинство людей не любят когда им кто-то приказывает, напоминает об их обязанностях, особенно это касается супружеских отношений, брака, где партнеры чувствуют себя равными. Чтобы избежать спонтанного, естественного сопротивления приказам, следует облечь их в форму вопроса или просьбы о помощи.

Понимать свои ошибки. Если своевременно понять свои ошибки и исправить их, то ссоры или конфликта можно избежать. Когда мы добровольно принимаем на себя как ошибку то, что в прямом смысле ошибкой не является, мы можем успешно овладеть конфликтной ситуацией.

Помнить, что стоит за похвалой. Обычно мы ругаем то, что нам не нравится. Когда же нам что-либо нравится, мы чаще всего молчим. Если мужу по вкусу блюдо, приготовленное женой, он ест его молча. Когда же еда ему не нравится, он начинает высказывать претензии. С точки зрения супружеской тактики должно быть наоборот.

В разговоре целесообразно слегка идеализировать партнера, говорить о нем так, как если бы он стал таким, каким мы хотели бы его видеть.

Войти в положение другого. На спорные вопросы каждый смотрит несколько под иным углом и видит их по-своему. Например, муж опоздал к ужину, к которому жена давно ждет его. Он, усталый, нервный, сосредоточен на своих мыслях, отодвигает недоеденный ужин. Обиженная жена уходит в другую комнату, между супругами нарастает напряжение. Жена думает, что муж невнимателен по отношению к ней. Она не знает, что на работе у него было много хлопот и дел, которые не выходят у него из головы, а он не догадывается, что жена хотела сделать ему приятный сюрприз в виде вкусного ужина в спокойной, милой обстановке, полагая, что доставит ему удовольствие. Если человек попытается поставить себя на место другого, постарается понять ситуацию и переживания партнера, он будет более терпим к нему и найдет правильный выход из положения, что позволит избежать конфликтов.

Не ссорится. Деструктивная ссора не решает возникшей проблемы, а лишь усиливает напряженность и чувство несправедливости. Принцип «не ссориться» вовсе не предполагает полного молчания – тактически он означает «быть выше ссоры», участвовать в разговоре, но при этом не противоречить тому, что говорит партнер. Если мы начинаем возражать партнеру, повторяя «ты не прав», «это твоя вина» и т.д., мы как бы даем ему понять, что он глуп или плох, а мы сообразительнее и лучше – это никому не приятно. Тем самым мы лишь затрудняем принятие нашего мнения, даже если оно правильно.

Улыбаться. Приветливая улыбка диаметрально противоположна конфликту. В присутствии добродушно улыбающегося человека у других пропадает желание ругаться и ссориться, скорее возникает столь же доброжелательное отношение. Настроение легко передается. Если вы будете улыбаться партнеру, то можете быть уверены, что и он ответит вам улыбкой. Приветливость и доброжелательность одного вызывают аналогичную ответную реакцию у другого, снимая напряжение.

Следует отметить, что при всякой возможности необходимо отдавать предпочтение методам, облегчающим общение и позволяющим открыто обсуждать проблемы и способы их разрешения. Только при этом условии можно надеяться на то, что в большинстве сложных ситуаций, складывающихся в семье, конфликта можно избежать, а если он все таки возникнет, то супругам удастся найти конструктивные способы его разрешения.



**педагог-психолог:
Задонская Екатерина Анатольевна**

