Дети в семейных конфликтах

Семейный психотерапевт Анна Варга (Насильники поневоле// Семья и школа.-1999. № 11-12) отмечает, что «одинаково травматично быть и жертвой, и свидетелем насилия». Для ребенка увидевшего родных, которые причиняют вред друг другу, наносят побои или оскорбляют, это является, обычно, эмоциональным шоком от которого очень трудно оправиться и невозможно забыть. Что говорить о детях, которые подвергаются систематическим избиениям дома? Но об этом говорить нужно, для того, чтобы предотвращать подобные действия.

У ребенка являющегося участником постоянных семейных конфликтов отмечаются, как правило, следующие симптомы:

1. Повышается общая нервозность, чаще бывают эмоциональные взрывы и беспричинные истерики.

2. Поведение ухудшается, потому что авторитет родителей падает. Ребенок перестает им доверять и прислушиваться к их мнению.

3. Нарушается принятие моральных и общих культурных ценностей. Дети могут попадать под негативное влияние, желая бороться против всего, что было раньше в их жизни.

4. Чаще возникает негативное отношение к мужчинам и женщинам, в зависимости от того, против кого настроен ребенок.

У многих детей перенесших насилие часто появляются признаки посттравматического стрессового расстройства (ПТСР). Дети плохо спят, сны становятся беспокойными, у них появляются страхи и тревожные мысли о смерти. Может начаться или обостриться заикание или другие речевые нарушения. Внимание становится рассеянным, дети не могут сосредоточиться на каком-то деле, могут забывать сделать даже привычные дела, например, умыться утром, почистить зубы перед сном.

Все эти признаки говорят о том, что ребенок пережил некое шоковое событие, с которым он не может справиться самостоятельно. Ребенок перестал быть прежним, ведет себя неестественно – это явный сигнал о том, что ему требуется помощь взрослого.

С психологической стороны, нарушения привычной деятельности объясняются тем, что перенесенное потрясение не находит объяснения в сознании ребенка. Привычный уклад жизни нарушился, и все внимание обращено на попытку понять и осознать случившееся. Поэтому на другие вещи, людей и события, происходящие в реальности, оно не может переключиться. Мыслительные процессы замедлены, т.к. не могут справиться с новой информацией и осознать то, что произошло.

Насилие, как известно, порождает ответное насилие. Оно в свою очередь оказывается направленным на другого человека, тот передает его следующей жертве и так до бесконечности.

Встречаясь в своей работе с детьми из неблагополучных семей, специалисты каждый раз отмечали их уверенность в том, что они имеют право бить других детей. В группе детского сада 6 летний мальчик позволяет себе ударить другого ребенка, и считает, что поступил правильно. Он не видит в этом ничего необычного – ведь его били, так почему же он не может ударить любого, кого ему только захочется. Именно так думает каждый, кого хоть раз в жизни ударили: почему меня можно бить, а я не могу ударить другого?

У ребенка возникает вполне справедливый вопрос, на который многие взрослые не могут дать ответ. Ребенок действует интуитивно, то есть, полагаясь на свой чувственный опыт. Ему обидно и единственный вывод, который он для себя делает – ему можно драться с теми, кто ему не нравится. Таким образом, использование силы становится единственным способом достигать своих целей в отношениях с людьми.

Если такая позиция находит подтверждение в какой-то ситуации и ребенок действительно с помощью силы получает желаемое, то она закрепляется в сознании как правильная.

На подобное поведение важно правильно реагировать. В первую очередь, остановить ребенка. Затем, объяснить ему, что такое поведение недопустимо, и вы не позволите никому больше причинять боль. Если ребенок находится в состоянии эмоционального возбуждения, то говорить много не нужно. Будьте немногословны – говорите только по существу дела. Главное это показать своими уверенными и спокойными действиями, четкими и короткими фразами, что вы контролируете эту ситуацию и всем необходимо успокоиться. Только после того, как вы убедились, что все участники конфликта успокоились, можно доносить до них какую-либо информацию.

Еще одной серьезной семейной проблемой являются частые конфликты между родителями.

**Случай из практики.** На телефон психологической помощи обратилась девушка 14 лет. Представилась Светой и пожаловалась на своих родителей.

Света рассказала, что никогда не чувствовала родительской любви. По её словам, они всегда были заняты разборками между собой. Мать и отец постоянно ссорились, то из-за денег и их нехватки, то из-за взаимных претензий друг к другу. Постоянно дрались, потом мирились, снова дрались и так далее. Самые негативные воспоминания девушки связаны с тем, что во время скандалов мать и отец пытались склонить дочь, каждый на свою сторону. При этом пытались манипулировать ей, то обещаниями, то угрозами. На деле ни первое, ни второе, в итоге не доводили до конца. Мать рассказывала дочери про отрицательные черты отца, а тот в свою очередь наговаривал на жену. Оба требовали от дочери принять только одну из сторон, чтобы вместе противостоять супругу. В итоге, к своему возрасту, единственным желанием девочки-подростка было уйти из дома, куда глаза глядят и как можно скорее.

Как правило, такое желание ребенок старается реализовать.

Выясняя отношения между собой в семье, большинство родителей совершают одни и те же ошибки:

Пытаются использовать детей как своих сторонников в борьбе против супруга.

Отгораживают детей полностью от реальной ситуации в семье, опасаясь за них.

И первое, и второе есть крайности, обусловленные, чаще всего, эгоизмом самих родителей. В первой ситуации ребенок непременно оказывается в роли проигравшего, а во второй, дети чувствуют, что что-то происходит, но не могут понять что именно. Эти переживания заставляют их бояться, жить в страхе, пугаясь любого шума, развивая невротические привычки, часто такие же, как и у их родителей. Подобные проблемы в детстве превращаются в устойчивую тревожность у взрослого человека. Таким образом, в обоих случаях, мы получаем потенциальную жертву.

Как же поступить, чтобы и ребенок сделал правильный вывод и самому не стать при этом манипулятором, решающим свои задачи за счет ребенка?

Опытный английский философ и педагог Герберт Спенсер отмечал в своих работах по воспитанию, что «все те дурные наклонности, которые родители стараются уничтожить в своих детях, гнездятся в них самих» («Воспитание умственное, нравственное и физическое», 1861).

Отечественные психологи, врачи и педагоги (А. Е. Личко, 1979; Э. Г. Эйдемиллер, 1980) уже давно выделили несколько видов родительского отношения к своим детям. Это сложившаяся система отношения родителей к ребенку, включающая в себя эмоции, чувства, стереотипы и ожидания которые родители переносят на детей.

**Авторитарные родители.**

Когда в группу детского сада или класс школы входит авторитарный отец (или мать), его всегда видно и слышно: громкий голос, резкие движения, строгий взгляд. За всеми этими внешними, казалось бы, четкими и строгими признаками знающего человека прячется неуверенность в ребенке, страх за себя и попытка компенсировать незнания в воспитании методами быстрыми, но на самом деле малоэффективными и недолговременными. Они оперируют только угрозами, надеясь, что ребенок от этого станет послушнее. Но время идет, ребенок растет и то, что раньше помогало добиться его послушания уже не эффективно.

Рисунки детей, у таких родителей, изобилуют черным мрачным цветом, тематически привязаны к непропорциональным изображениям больших рук родителей и маленькой фигурой самого ребенка. А иногда в них присутствуют и такие элементы, которые редко встретишь в детских рисунках.

Случай из практики. Мальчик Ибрагим З. посещает детский сад, он из большой семьи, но большая семья, к сожалению, не всегда означает дружная семья. Родители разведены, но вынуждены жить вместе в одной квартире, дети свидетели частых ссор. У Ибрагима трое братьев и две сестры. В рисунках мальчика появляются черные терминаторы, спортивные снаряды, животные, которые соединены художником с техникой и оружием.

По мнению А.Л. Венгера (Психологические рисуночные тесты: Иллюстрированное руководство, 2003), в таких рисунках детей отражена агрессия, которой повергали их и которую они также готовы выплеснуть на окружающих. То есть, защитный механизм – агрессия, передаётся к детям от родителей, которые используют его как средство воспитания. Следовательно, в детском коллективе мы получаем неблагополучного ребенка, который почти всегда будет выделяться, либо частыми конфликтами с окружающими, либо избеганием контактов и страхами.

В авторитарных семьях чаще, чем в других фигурирует насилие. Родители, применяющие его к своим детям, разрушают их ожидания в принятии, доверии, любви, заботы, что приводит к нарушению всего процесса здорового развития ребенка. Такие дети, сами становятся агрессорами, перенося полученный опыт из семьи родителей в свои отношения.

Личная позиция родителя: «Ты будешь делать то, что я скажу, потому что я авторитет для тебя». Дома ребенку, часто в приказном тоне, даются указания, без объяснения того почему он должен их выполнять. Родители требуют начать выполнять что-то немедленно, но забывают, что ребенок не дрессированная собачка, который бросив все дела, обязан выполнять полученный приказ.

Что можно сделать в этой ситуации? Дайте ребенку возможность закончить начатые ранее дела. Ваш малыш индивидуален и имеет свой внутренний биологический ритм. Конечно, режим и соблюдение порядка должны быть, но постоянное принуждение приводит к сбою внутренних часов, нарушению обмена веществ и расстройствам психических процессов. Ребенок не дрессированная собачка и не может выполнять все, так как вы хотите. Требования должны быть адекватны возрасту ребенка. Все изменения, происходящие в жизни ребенка, должны учитывать его индивидуальные особенности.

**Чрезмерно опекающие родители.**

Такие родители часто используют мелочные придирки, постоянно контролируют все перемещения ребенка, его действия подвергают анализу и критике, чтобы сделать более управляемым. Забота плавно переходит в давящую опеку, которая подавляет любую инициативу и активность ребенка.

В результате из детей вырастают безынициативные люди, слабохарактерные, нерешительные, не умеющие за себя постоять, полагающиеся во всем на мнение старших, неспособные строить полноценные социальные отношения со сверстниками. Если вдруг, в какой-то момент, родитель оказывается готов дать свободу своему ребенку, то наедине с самим собой никак не может успокоиться и перед его глазами всплывают ужасные картины происходящего с их чадом.

Более того, когда ребенок видит, что отец или мать со всеми из-за них ругаются, он делает вывод, что мир – это сборище негативно настроенных людей, с которыми постоянно нужно выяснять отношения ссорами и руганью.

Случай из практики. На телефон психологической помощи обратилась женщина 52 лет. К психологу ее направил школьный учитель с вопросом о том, как её ребенку (мальчику 12 лет) наладить отношения со сверстниками. В ходе беседы выяснилось, что её ребенок единственный, поздний (после 40 лет), долгожданный, воспитывается матерью в одиночку. Отца нет. Мать постоянно опекает сына, одевает его только в ту одежду, в которой тепло, чтобы он не заболел. Кормит только домашней, полезной едой, считая, что здоровье необходимо беречь с детства. При этом мать не позволяет смотреть телевизор, играть в компьютер, принципиально, не покупает продукцию, произведенную в Китае, считая её некачественной, заразной или опасной.

Для того чтобы иметь возможность провожать и забирать сына каждый день из школы она бросила прежнюю работу и устроилась уборщицей в офис. Проблемой считает то, что другие дети постоянно обижают мальчика, не хотят с ним дружить. Спрашивает: как помочь ему наладить дружбу с детьми?

Личная позиция родителя. Такой родитель не готов отпустить ребенка в жизнь. Постоянно переживает за его здоровье, тревожится о самочувствии, но мало беспокоится развитием личности ребенка. В их глазах ребенок – неспособное ни к чему, слабое, немощное создание, нуждающееся в постоянной заботе и защите от внешней опасности.

Что можно сделать в этой ситуации? Во-первых, родителям стоит работать над своей повышенной тревожностью. Именно она заставляет их самих испытывать страх и переносить его на ребенка. Впечатлительность и тревожность – несомненно, помогают выживать в наше непростое время, но во всем должна быть адекватная мера. Это значит, пора объективно оценить, что может быть опасно, а что лишь кажется опасным.

Во-вторых, родителям надо работать над своим эгоизмом. Они боятся не за ребенка, а за самих себя, потому что не интересуются его мнением, его чувствами и интересами и тем, чего на самом деле боится ребенок. Соотнесите его страхи и свои. Только тогда вы поймете, где заканчивается ваша субъективная тревога и начинается реальность.

**Эмоциональные, раздражительные родители.**

Такие родители своим ребенком всегда недовольны, предъявляют постоянные претензии и обвиняют во всех ошибках. Не сделал урок – дурак, ошибся – кретин, не смог за себя постоять – размазня. При этом в отношениях отсутствует эмоциональная близость между взрослым и ребенком. Тактильные контакты осуществляются на уровне шлепков, подзатыльников, оплеух.

При этом инициатором какого-то действия становится родитель. Он сам подталкивает ребенка на совершение поступка и уже изначально не верит в возможный успех. Дети очень хорошо заражаются эмоциональным настроем взрослого и поэтому не умеют верить в самих себя – естественно, что в результате они делают все не так как надо. Как и в прежнем случае, в итоге развивается низкая самооценка, забитость, не умение отстаивать свои позиции, появляется страх самовыражения.

Как правило, такие дети становятся пассивными агрессорами, держат свое недовольство глубоко внутри себя. То есть, проявляют они его не явно, а несколько иначе. Например, едкими замечаниями в адрес другого человека, выражают иронию, провоцируют сарказмом, переворачивают факты с ног на голову, выставляя виновными за свои ошибки других людей.

Личная позиция родителя: «Ну что ты за наказание такое?! Ну, ничего сделать толком не умеешь» - эти слова говорила девочка Саша, пяти лет, своим игрушкам. Точь-в-точь повторяя слова своей матери.

Что можно сделать в этой ситуации? Ребенок не рождается с умениями и знаниями о жизни. И эти самые знания не появятся у него до тех пор, пока он сам, своими руками не попробует сделать что-то, пока ребенок не совершит ошибки которые потом сам исправит и не найдет способ решать проблемы по-своему, особенно.

Вы, конечно, не обязаны обожать своего ребенка, видеть в нем только плюсы и достоинства. Но хотя бы не мешайте ему развиваться естественным путем, не подавляйте в нем личность, своими претензиями и утверждениями в его несостоятельности. Если не умеете делать это сами – тогда доверьте профессионалам. А для ребенка будьте не строгим учителем или врачом, а просто родителем. Все люди имеют недостатки – это нормально, поэтому меняйте свое отношение к ребенку как к личности со своими, не похожими ни на кого, особенностями, которые в дальнейшем могут стать его достоинствами.

**Либеральные родители.**

Либеральный, значит допускающий. Такие родители многое допускают в жизни ребенка. Допускают его ошибки, влияние внешних факторов и случайностей на его жизнь. Умеют признать свою неправоту, могут извиниться за совершенные ошибки, но не всегда это делают. Зато уважают желание ребенка самостоятельно принимать решения в своей судьбе, делать свой выбор. И, как правило, самоустраняются из его жизни, примерно к подростковому возрасту. По привычке, могут посоветовать одеться тепло девочке-подростку идущей на дискотеку зимой, но после того как та в ответ скажет что-то типа: «Засохни, кочерыжка, я сама знаю». Предпочитают не вступать в конфликт и удалиться по своим делам.

Личная позиция родителя: «Ничего в этой жизни невозможно предусмотреть. Если ребенок хочет вырасти и работать дворником, то никто его не сможет переубедить в этом» – так описала свой взгляд на воспитание одна мама консультанту телефона экстренной психологической помощи.

Считают, что у взрослого есть свой взгляд на жизнь, а у ребенка свой. Своими делами они и предпочитают заниматься, пока их не спрашивают или пока не попросят о чем-то.

Что можно сделать в этой ситуации? Исправлять такую позицию, обычно, бывает бесполезно. В ней, в принципе, есть рациональное зерно: ребенок учится самостоятельности, отвечать за свои поступки и всего в жизни добиваться своими силами, рассчитывая только на себя. Правда, находить эффективные пути взаимодействия с другими людьми он так и не научается, потому что он не видел примера в лице значимых для него людей (родителей).

**Авторитетные родители.**

Авторитеты для ребенка – это пример личной активной позиции (в любом деле), весомое мнение, определяющее возникновение мотива к действию. Другими словами, с такими родителями дети советуются, выбирают их в качестве примера и делают так, как они поступили бы в этой ситуации.

«Как поступил бы отец в этой ситуации?», «А как сделала бы мать? Что она сказала бы сейчас» – такой вопрос задают себе их дети, оказавшись в трудной ситуации. Это не значит, что именно так они сделают, но всегда учтут такое мнение.

Личная позиция родителя. У таких родителей есть внутренняя жизненная позиция, что они являются спутниками ребенка на жизненном пути. Свои поступки они стараются комментировать, разъясняя, таким образом, главный принцип своих действий. Стараются избегать давления на ребенка, всегда в курсе состояния дел ребенка. Бывают честными в первую очередь с самими собой, к этому приучают и ребенка.

Исправлять такие отношения не нужно, если они благоприятно влияют на развитие личности ребенка. Более того, в этом случае, обычно, ни от кого, не поступает подобного запроса о помощи.

**Демократичные родители.**

Дети демократичных родителей, знают и умеют вести себя адекватно ситуации, в которой они оказались. Они достаточно критичны, по отношению к себе и умеют оценивать поступки других людей. В конфликтных ситуациях, предпочитают рассуждать последовательно, умело аргументируют свое мнение.

Личная позиция родителя. Ставят честность и справедливость в приоритет. Стараются прислушиваться к мнению ребенка, выслушать его внимательно, чтобы понять. Собственным примером воспитывают в детях дисциплину, самостоятельность, уверенность, уважение к самому себе и другим людям.

 Таким образом, только наши собственные иррациональные убеждения мешают нашим детям быть счастливыми. Поэтому дайте им свободу выбора, но при этом будьте рядом, чтобы они всегда могли обратиться к Вам за помощью или знали, где эту помощь можно получить.

Савинков С. Н.,

ведущий психолог ОДМПКиИП ФКУ ЦЭПП МЧС России

[Критерии оценки результатов мониторингового психодиагностического обследования в системе МЧС России](https://psi.mchs.gov.ru/psihologicheskaya-sluzhba/stati/kriterii-ocenki-rezultatov-monitoringovogo-psihodiagnosticheskogo-obsledovaniya-v-sisteme-mchs-rossii)[Что такое паническая атака и как ее преодолеть](https://psi.mchs.gov.ru/psihologicheskaya-sluzhba/stati/chto-takoe-panicheskaya-ataka-i-kak-ee-preodolet)[Созависимые отношения](https://psi.mchs.gov.ru/psihologicheskaya-sluzhba/stati/sozavisimye-otnosheniya)[Когда в отношениях сложно](https://psi.mchs.gov.ru/psihologicheskaya-sluzhba/stati/kogda-v-otnosheniyah-slozhno)[Горевание и утрата](https://psi.mchs.gov.ru/psihologicheskaya-sluzhba/stati/gorevanie-i-utrata)[Дети в семейных конфликтах](https://psi.mchs.gov.ru/psihologicheskaya-sluzhba/stati/deti-v-semeynyh-konfliktah)[Если близкий тяжело болен](https://psi.mchs.gov.ru/psihologicheskaya-sluzhba/stati/esli-blizkiy-tyazhelo-bolen)[Если близкий человек хочет уйти из жизни...](https://psi.mchs.gov.ru/psihologicheskaya-sluzhba/stati/esli-blizkiy-chelovek-hochet-uyti-iz-zhizni)[Как защитить себя от насилия?](https://psi.mchs.gov.ru/psihologicheskaya-sluzhba/stati/kak-zashchitit-sebya-ot-nasiliya)[Как пережить кризис?](https://psi.mchs.gov.ru/psihologicheskaya-sluzhba/stati/kak-perezhit-krizis)[Как пережить развод?](https://psi.mchs.gov.ru/psihologicheskaya-sluzhba/stati/kak-perezhit-razvod)