

Консультация для родителей «Конфликты в семье и эмоциональное благополучие ребенка»

Подготовила:
педагог-психолог Поршнева Ю.В.



«Счастлив тот, кто счастлив у себя дома» (Л.Н.Толстой)

Семья для ребенка — это место его рождения и основная среда обитания. Она определяет очень многое в жизни малыша. Связь между родителями и детьми относится к наиболее сильным человеческим связям. Эмоциональное воспитание ребёнка происходит в первую очередь в семье. Задача семьи – поддерживать достоинство ребёнка, укреплять его позитивное мнение о себе.

Семья влияет на ребёнка, приобщает его к социуму. Уже с раннего дошкольного возраста у детей начинают формироваться элементарные представления о явлениях общественной жизни и нормах человеческого общения. Детям этого возраста свойственна большая эмоциональная отзывчивость, что позволяет воспитывать в них любовь, добрые чувства и отношения к окружающим людям и, прежде всего, к близким, к своей семье. Ребёнок должен осознать себя членом семьи. Именно семья является хранителем традиций, обеспечивает преемственность поколений, сохраняет и развивает лучшие качества людей. Ознакомление детей с понятием «семья невозможна без поддержки самой семьи». В.А. Сухомлинский сказал: «Дети – это счастье, созданное нашим трудом. Занятия, встречи с детьми, конечно, требуют душевных сил, времени, труда. Но ведь и мы счастливы тогда, когда счастливы наши дети, когда их глаза наполнены радостью».

Эмоциональное благополучие ребенка - это состояние его душевного благополучия. Основным условием душевного благополучия является спокойная и доброжелательная обстановка, создаваемая благодаря

постоянному присутствию родителей, которые внимательно относятся к эмоциональным потребностям ребенка.

Отмечается несколько типов факторов негативно сказывающихся на эмоциональном благополучии ребенка:

1. Факторы социально – культурного характера:

- Ускорение темпа жизни;
- Дефицит времени родителей;
- Недостаток условий для снятия напряжения и расслабления;
- Загруженность родителей и невротизация взрослых;
- Неумение решать внутриличностные конфликты и отсутствие возможности оказать психотерапевтическую помощь.

2. Социально – экономические факторы:

- Неудовлетворительные жилищно – бытовые условия;
- Ранний выход матери на работу.

3. Социально – психологические факторы:

- Дисгармония в семейных отношениях;
- Дисгармония в семейном воспитании;
- Нарушение детско – родительских отношений.

Остановимся подробнее на социально – психологических факторах, негативно сказывающихся на эмоциональном благополучии ребенка. Ссоры, конфликты, непонимание между супругами - признаки неблагоприятной семейной ситуации, которые могут привести к распаду семьи и нарушению эмоционального благополучия ребенка.



Согласно принципам системной семейной терапии Мюррея Боуэна, дети почти всегда «втянуты» в ситуацию конфликта между родителями, как наиболее эмоционально ранимые члены. Такое взаимодействие в семейной системе необходимо для соблюдения закона гомеостаза (равновесия, сохранности системы). То есть, изменившееся поведение ребёнка является сигналом «поломки» в супружеской подсистеме семьи. В тоже время родители «объединяются» между собой в борьбе за изменение поведения ребёнка. Объединение может носить как конструктивный, так и деструктивный характер. На данном этапе родители часто и обращаются к психологу, предъявляя в качестве запроса на их взгляд беспричинно «неправильное» поведение сына или дочери и часто замалчивая о

межличностном конфликте между собой. Необходимо отметить, что наблюдаются следующие близкие и отдалённые психологические последствия вовлечения ребёнка в супружеский конфликт:

- Ролевая инверсия – ребенок становится поверенным родителя, вынужден оказывать ему эмоциональную поддержку, заботиться о нем или о младших детях. Следствие – высокая тревожность, низкая самооценка, трудности во взаимоотношениях.
- Конфликт лояльности (интрапсихический конфликт) – ребенок вынужден скрывать свое отношение к одному из родителей, информацию о нем и свои контакты с ним. Следствие – эмоциональные нарушения. Синдром отвержения родителя – необъективная крайне негативная оценка одного из родителей.

Жить в такой семье дискомфортно всем. Особенно восприимчивы к семейному климату дети дошкольного возраста, личностные качества которых только начинают закладываться. У ребёнка в таких семьях может появиться тревожность, агрессивность, неорганизованность, стремление к лидерству или отгороженность, т.е. аффективное поведение.

Аффективное поведение – одна из форм эмоциональной неустойчивости ребёнка, когда эмоциональные процессы протекают стремительно и бурно, носят взрывной характер.

Симптомы аффективного поведения ребенка:

- Нестабильность и неровность поведения малыша, резкие перепады настроения и самочувствия при отсутствии явно выраженных причин, внезапные переходы от увлечённости делом к потере интереса, от безудержного веселья к подавленности.
- Острота реагирования на настроение других (замирают или напрягаются, когда персонажу сказки или фильма плохо, могут расплакаться во время грустных событий);
- Узкий диапазон эмоциональной выносливости (в одиночестве танцует, сочиняет, поёт, но не может воспроизвести всё это на утреннике).
- Общее чувство неуверенности во всём, что делает («А у меня получится?, Это ничего, что я плачу? Это ничего, что я играю?»), гипертрофированный страх и предчувствие неудачи («всё равно не получилось»).
- Отчётливый соматический характер отдельных эмоциональных ощущений, переход эмоций, например страха и гнева, в ощущение боли («когда я сильно сержусь у меня темнеет в глазах»)
- Неустойчивость и взаимопереходы эмоций (страха в гнев, страха в ревность, страха и гнева в зависимость), трудность преодоления.
- Чрезмерная чувствительность не только к замечанию (особенно к замечаниям взрослых), но и к тому как сказано: каким голосом, с какими интонациями и т.д.
- Навязчивые привычки – сосание пальца, грызение ногтей, накручивание волос на палец.
- Невротические проявления – моргание глазами, подёргивание плеч, дрожание рук.

Все перечисленные симптомы могут говорить о том, что ребёнок находится в состоянии психоэмоционального напряжения, ему нужна помощь. Детские психиатры утверждают: семейная атмосфера, насыщенная психическим, эмоциональным напряжением, формирует из детей неустойчивых истериков или запуганных, мрачных людей.

Во взаимоотношениях с ребёнком взрослый должен тонко подбирать эмоциональные формы воздействия. Одной из таких форм являются родительские установки – совокупность родительского эмоционального отношения к ребёнку, восприятия ребёнка родителем и способов поведения с ним. Родительские установки могут оказывать негативное или позитивное влияние на ребёнка. Например, очень часто в поликлинике можно услышать раздражённые высказывания родителей, в адрес расшалившегося малыша. «Хватит капризничать, а то оставлю тебя здесь» (негативная установка), а лучше сказать: «Я понимаю, ты устал. Я тоже не хотела бы сидеть в очереди. Давай придумаем, чем мы можем заняться? Может быть, поиграем?» или «Неумейка! Откуда у тебя только руки растут!» (негативная установка), а лучше сказать «Попробуй ещё раз, и у тебя все получится! Если хочешь давай попробуем вместе».

Чтобы сохранить мир в семье и не провоцировать конфликты с детьми, необходимо придерживаться определённых правил:

1. Прежде всего, необходимо показать ребенку, что родители принимают его чувства и понимают важность желаний: «Я понимаю твоё желание ...».
2. Потом родители устанавливают ограничения, объясняя причину: «Но этого делать нельзя, потому что ...».
3. Наконец родители предлагают ребенку альтернативу, которая не вызывает нежелательных последствий и одновременно позволяет ребенку реализовать свою активность, удовлетворить определенные желания. Важно, чтобы альтернатива заинтересовала ребенка и была определенным заменителем неадекватных действий.
4. Если и после этого ребенок пытается прибегать к действиям, которые могут повредить ему самому или другим, то взрослый должен предупредить его о наказании за несоблюдение правил.

Создайте в семье атмосферу радости и любви. Одно из основных условий полноценного развития ребёнка – психологическая защищённость, т. е. осознание того, что его любят в любых жизненных ситуациях.

Слушать и чувствовать ребёнка непросто для взрослого. Именно в диалоге рождается доверие и взаимопонимание, умение видеть чувства свои и окружающих. А это важнейшая задача воспитания ребёнка дошкольного возраста. Таким образом, чтобы сохранить эмоциональное и психологическое благополучие ребёнка, необходимо:

- вовремя справляться со своими личными проблемами и поддерживать теплые взаимоотношения в семье;
- иметь представление о различных этапах в жизни ребёнка;
- относиться к ребёнку как к равноправному партнёру;
- принимать активное участие в жизни семьи;

- всегда находить время, чтобы поговорить с ребёнком, провести с ним время;
- интересоваться проблемами ребёнка, вникать во все возникающие в его жизни сложности;
- помогать ребёнку развивать свои умения и таланты;
- уважать право ребёнка на собственное мнение;
- принимать ребенка таким, какой он есть;
- чаще использовать ласку и поощрение, чем наказание и порицание
- устанавливать четкие рамки и запреты и позвольте ребенку свободно действовать в этих рамках;
- не стесняйтесь демонстрировать ему свою любовь, дайте ему понять, что будете любить его всегда и при любых обстоятельствах.



Закончить статью хотелось бы стихотворением Эдуарда Асадова.

Берегите своих детей,
 Их за шалости не ругайте.
 Зло своих неудачных дней
 Никогда на них не срывайте.
 Не сердитесь на них всерьез,
 Даже если они провинились,
 Ничего нет дороже слез,
 Что с ресничек родных скатились.
 Если валит усталость с ног
 Совладать с нею нету мочи,
 Ну а к Вам подойдет сынок
 Или руки протянет дочка.
 Обнимите покрепче их,
 Детской ласкою дорожите
 Это счастье, короткий миг,
 Быть счастливыми поспешите.
 Ведь растают как снег весной,

Промелькнут дни златые эти
И покинут очаг родной
Повзрослевшие Ваши дети.
Перелистывая альбом
С фотографиями детства,
С грустью вспомните о былом
О тех днях, когда были вместе.
Как же будете Вы хотеть
В это время опять вернуться
Чтоб им маленьким песню спеть,
Щечки нежной губами коснуться.
И пока в доме детский смех,
От игрушек некуда деться,
Вы на свете счастливей всех,
Берегите ж, пожалуйста, детство!



Список использованных электронных ресурсов:

1. <https://www.b17.ru/article/12796/>
2. <https://infourok.ru/proekt-v-gruppe-rannego-vozrasta-moya-semya-3285859.html>
3. <https://portalpedagoga.ru/servisy/publik/publ?id=21243>
4. <https://infourok.ru/roditelskoe-sobranie-emocionalnoe-blagopoluchie-rebenka-v-seme-3739795.html>
5. <https://www.b17.ru/article/37150/>
6. <http://psyhologplus.ru/faktor-vliyayushtie-na-psiologicheskoe-blagopoluchie-rebenka-v-semye/>

