



Молчаливый свидетель родительских ссор

Супружеская жизнь практически не бывает без ссор. Мы устаем, мы решаем множество проблем, редко отдыхаем и часто испытываем стресс. В итоге накопившиеся отрицательные эмоции выливаем друг на друга, ссоримся, не думая, о том, как это отразится на наших детях. Родители и дети составляют одно целое, в котором родители являются основой, базой для полноценного развития малышей. Постоянные крики, ругань и ссоры могут привести к серьезным нарушениям детской психики. Бурное выяснение отношений в семье приводит к потере у детей ощущения надежности и защищенности. Ими овладевает чувство тревоги, ребенок испытывает страхи, подвержен ночным кошмарам, замыкается в себе, становится нерешителен, не может оценить своих способностей. Душевная травма ребенка может привести к невротическим расстройствам - ночному энурезу, тикам, расстройствам внимания и т.д. Все свои силы малыш тратит на переживание стрессовой ситуации. Дети не могут объяснить причины конфликта и в душе принимают вину на себя. Малыш любит обоих родителей и воспринимает их конфликты и взаимные обвинения как крушение мира. Сорясь, взрослые не осознают, что лишают своего ребёнка чувства опоры. Только в семье, где отношения взрослых стабильны, где каждый готов поддержать друг друга в любую минуту, где восхищаются достоинствами каждого, дети испытывают чувство защищенности, уверенность в себе и доверие к миру.

Но какой бы замечательной и дружной ни была семья, она вряд ли избежит конфликтов. Разногласия в любой семье неотвратимы, но правильное поведение родителей поможет оградить от душевных переживаний маленьких членов семьи.

Вот несколько советов как минимизировать детские переживания:

- Идеальный вариант – не ссориться в присутствии ребенка. Никогда не повышайте голос во время ссоры. Даже если ребенок находится в другой комнате.
- Не употребляйте бранных слов, тем более не используйте ненормативную лексику.
- Никогда не угрожайте друг другу – для вас это пустое, а ребенок воспринимает все серьезно. Вы можете испугать его.

- Переводите конфликт в переговоры. Это конструктивная позиция.
- Если ребенок все же становится свидетелем вашей ссоры, пусть он будет и свидетелем вашего примирения. Пусть ребенок видит вашу любовь друг к другу и к нему.
- Никогда не критикуйте второго родителя при ребенке, не делайте его участником, а тем более орудием в ссоре. Ему нужны оба родителя, он должен быть уверен в любви обоих.

И помните, что лучшее решение возникающих проблем - компромисс. Пытайтесь использовать его еще до того, как ситуация выйдет из-под контроля и обретет формы скандала. Конечно, лучше не ссориться вообще, но если не получается, делайте это без ущерба для ваших детей.



Протасова Галина Сергеевна
Педагог-психолог
ГКУ СО КК «Абинский реабилитационный центр»