

Влияние семейных конфликтов на ребенка

Развитие ребенка и его психическое состояние во многом зависят от отношений отца и матери. В семье, где родители относятся друг другу уважительно и дружелюбно, дети чувствуют себя уверенно и безопасно.

Как правило, часто ссорящиеся родители не в состоянии создать теплую и безопасную атмосферу в семье, не отличаются постоянством и обоснованностью в требованиях к ребенку, препятствуют его правильному восприятию взаимоотношений с людьми.

Семейные разногласия

Не бывает семей, в которых бы ни возникали разногласия, и полностью избавить ребенка от конфликтов не только невозможно, но и не нужно. Тем не менее, если в семье часто происходят скандалы, ребенок сильно переживает, что не может не сказаться на его здоровье и внутреннем состоянии. Малыш проецирует на себя все негативные эмоции родителей и начинает считать себя главной причиной конфликтов между ними. Как следствие – чувство вины, которое является разрушительным для детской психики и может стать настоящей психологической травмой.

Да, дети, как порой и сами родители, не понимают истинных причин родительских ссор, но они чутко считывают все негативные эмоции, эмоциональные барьеры и дистанцию, возникающие между мамой и папой. Поэтому родители, которые считают, что ограждают дитя от негативного воздействия, не выясняя при этом отношения, сильно ошибаются. Если в доме не летают тарелки и не хлопают двери, а родители не повышают друг на друга голос, ребенок все равно улавливает эмоциональное состояние в семье и чувствует себя дискомфортно.

Если скрывать недовольство друг другом и ждать удобного момента, когда можно высказаться, есть риск того, что все накопленные негативные эмоции рано или поздно выльются на ребенка. Как часто происходят ситуации, когда, например, малыш случайно опрокинул стакан сока, а родитель взрывается и начинает кричать. Любым эмоциям нужен выход, и страшно, если этот выход заведомо направлен на более слабого члена семьи – ребенка. Если такие ситуации происходят часто, ребенок начинает постоянно ощущать чувство вины, признает себя плохим, ненужным, ни на что неспособным. Как результат – пониженная самооценка и все вытекающие отсюда последствия.

Концентрация на ребенке

Порой родители, переставшие интересоваться друг другом, но продолжающие создавать видимость семьи ради ребенка, концентрируются на нем, его развитии и воспитании. Забывая о себе, мама и папа застревают в роли отца и матери, и это способствует формированию эмоционального выгорания.

Эмоциональное выгорание чревато сильнейшим раздражением, злостью, усталостью, отсутствием контроля над эмоциями. Ребенку же необходимы психически здоровые и эмоционально стабильные родители, а это возможно только при переключении с роли на роль: с матери на жену, с жены на дочь, с дочери на подругу, с подруги на коллегу. Именно поэтому так важно не забывать, что вы не только мама и папа, но еще и муж и жена.

Ребенок же в такой ситуации почти всегда подвергается гиперопеке, что негативно сказывается на его развитии.

Ребенок – объект эмоциональной разрядки родителей

Свое недовольство друг другом родители нередко переносят на ребенка. Негативные чувства, которые неосознанно хочется выплеснуть на супруга, перенаправляются на детей в виде нетерпимости, недоверия и даже физических наказаний. Пытаясь воспитывать друг друга, родители не задумываются о том, что используют сына или дочь в качестве эмоциональной разрядки. А между тем, у ребенка, растущего в такой атмосфере, формируется комплекс неудачника из-за постоянной неуверенности в себе и в своих возможностях.