

Памятка для родителей (законных представителей) «Конфликты в семье»

Последствия конфликтов в семье для будущей взрослой жизни ребенка

1. Дети, часто переживавшие конфликты в родительской семье, в своей взрослой жизни **имеют внутрличностный конфликт и заниженную самооценку**, при любых стрессовых ситуациях часто испытывают **депрессию и неуверенность** в себе, у них часто развиваются **неврозы**.
2. У ребенка из конфликтной семьи **формируются специфические черты характера, мешающие его социализации** во взрослой жизни: замкнутость, агрессивность, безразличие, жестокость по отношению к окружающим, полное безразличие.
3. Во время переживания семейных конфликтов у ребенка **формируется сценарий поведения в его собственной семье**. То есть, такой ребенок зачастую берет родительскую семью за образец, который применит в своей собственной семье, и конфликты в ней будут также частым явлением.
4. **У ребенка формируется негативная картина мира**, и это значительно ухудшает качество его собственной взрослой жизни в будущем. Такой человек не будет верить никому, он будет очень тяжел в общении, полон пессимизма и цинизма.
5. Дети из семей, переживающих частые конфликты, могут стать очень **озлобленными, агрессивными, жестокими** во взрослой жизни. Такие дети не понимают чужой боли, и у многих из них есть тяга причинять боль другим. Ребенок может попросту тянуться к противозаконным сторонам жизни, преступать закон, совершать противоправные жестокие поступки, часто – немотивированные, в отношении других людей.

Семейные конфликты и дети: как избежать негативного влияния ссор на ребенка?

Для того, чтобы не допустить негативных последствий семейных конфликтов для ребенка, Вы должны прибегать к советам, которые дают квалифицированные психологи:

- **Постараться не ссориться вообще**. Этот совет предполагает пересмотр родителями своего поведения, выяснения наиболее частой причины ссор и избавления от неё. Совет больше используется теми родителями, которые желают работать над собой и своими отношениями, а также не хотят, чтобы их ребенок получал негатив в семье. Задавшись такой целью, родители могут избавить ребенка от всех вышеописанных проблем и переживаний, а заодно – укрепить семью и свои отношения друг с другом.

- Если ссора неизбежна, то родители должны постараться **выяснить отношения без присутствия ребенка**. Конечно же, при этом необходимо пользоваться правилами ведения конфликта, чтобы не усугубить его, а, наоборот, исчерпать вовсе.
- Ни в коем случае **не нападайте друг на друга с критикой и обвинениями**. В таком случае, конфликт будет только расти, как снежный ком.
- **Угрозы друг другу – это табу для конфликтов вообще**. Помните, что дети – максималисты, и все ваши слова они принимают на веру, за чистую правду, и их воображение способно разрисовать ваши угрозы до чудовищных размеров, что вызовет стресс у маленького человека. Угрожать друг другу при ребенке или угрожать ребенку – значит, сломать его неокрепшую психику.
- **Если в семье конфликт пока имеет форму спора, то постарайтесь не развивать его**. В споре полагается четко приводить аргументы, называть проблему, говорить откровенно и обязательно – выслушивать другую сторону. Если родители будут владеть искусством ведения споров, то конфликтов в семье не будет, и, естественно, их последствий для ребенка – тоже.
- Если ребенок вдруг оказался свидетелем конфликта между родителями, то очень важно — **поговорить с ним, спросить, что он ощущает и чувствует**.
- **Ребенку необходимо сказать, что его любят мама и папа**, и произошедшая ссора ни в коем случае не разрушит семью, и не изменит родительскую любовь к ребенку.
- **Запрещенный прием – критиковать перед ребенком другого родителя**, негативно о нем говорить, настраивать ребенка против него. Такое родительское поведение, когда ребенок является орудием и участником ссоры, жестко ломает детскую психику и наделяет маленького человека массой комплексов и переживаний, которые просто непосильны для детской души.

Быть родителем – это великое искусство, которому учатся на протяжении всей жизни.

Родители должны найти возможность **конструктивного решения всех возникающих споров между ними, и ни в коем случае не привлекать к ним ребенка!**