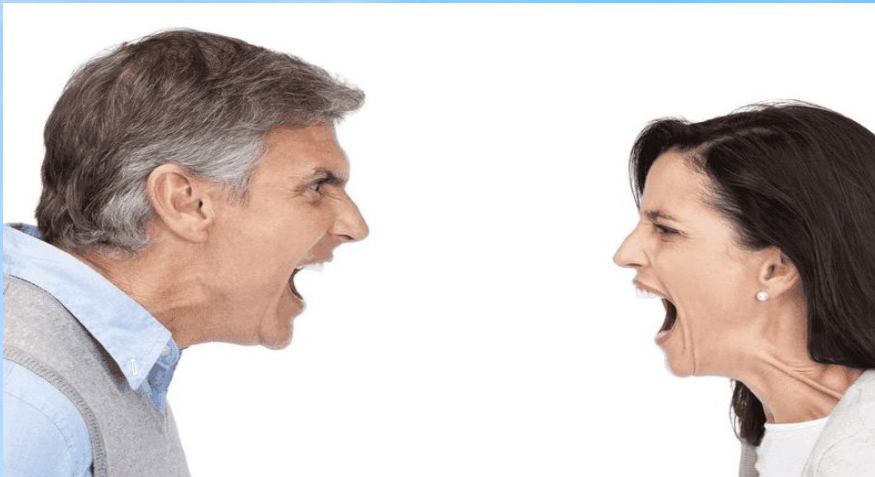


# Конфликты в семье



# Конфликты в семье

К сожалению, в пылу семейных ссор родители не задумываются о том, что в данный момент чувствует их ребенок. В то же время, гнетущая эмоциональная атмосфера, когда ссорятся (а порой и дерутся!) два его самых близких и любимых человека, оказывает огромное давление на неокрепшую детскую психику, откладывая огромный отпечаток на всё, что ребенок делает сейчас, и каким он будет в дальнейшем.



# Притча о конфликте

Жил-был один молодой человек. Он не умел ладить с людьми: почти любое взаимодействие с людьми у него всегда превращалось в конфликт, его все не любили и старались держаться как можно дальше. У него совсем не было друзей из-за его чрезмерной агрессии и конфликтности. У него был отец, и люди часто жаловались ему на сына и просили как-то повлиять на него. Этот молодой человек однажды решил завести себе друзей, но не знал как это сделать и решил спросить совета у отца.

Отец, сказал ему следующее: «Сын мой, я знаю, что ты часто ссоришься с людьми и поэтому у тебя нет друзей. И я знаю, что ты хочешь с кем-то подружиться, но у тебя не получается. У меня есть один совет для тебя: ты же видел наш деревянный забор? Я прошу тебя каждый раз, когда ты будешь с кем-то ссориться забивать в забор по гвоздю.»

Юноша стал делать, то что сказал отец. Каждый день он вбивал гвозди в забор и через несколько месяцев в заборе не осталось места. Гвоздей было так много, что не видно было самого забора.

И тогда юноша опять пришел к отцу: «Отец, что мне делать? В заборе больше нет места для гвоздей!»

На что отец ответил ему: «Ты можешь вынимать по гвоздю за каждый день без ссор.»

Сын послушал его, и постепенно стал вынимать один гвоздь за другим. И через какое-то время забор полностью отчистился от гвоздей. Сын позвал отца: «Отец, я сделал все как ты сказал, и стал меньше ссориться с людьми, но только забор теперь весь в дырках»

И отец сказал: «Да, сынок, сколько бы ты гвоздей не вытаскивал, дырки не исчезнут никогда!»





# Модели ребенка поведения при конфликте

## 1) Ребенок-буфер.

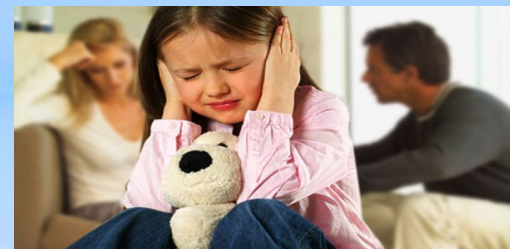
Этот ребенок неосознанно или сознательно пытается сгладить все острые углы или примирить родителей. Все переживания, которые он испытывает, рано или поздно выливаются в его болезни, являющиеся условно-желательными, потому что отвлекают всех от продолжения ссоры. Очень часто у такого ребенка развивается серьезное заболевание – бронхиальная астма, экзема, или целая череда простудных заболеваний. Часты также нарушения неврологического плана – беспокойный сон и трудности с засыпанием, ночные кошмары, заикание, нервные тики или синдром навязчивых движений.



## 2) Ребенок встает на сторону более слабого родителя.

Такой ребенок старается защитить более слабого родителя в семейных конфликтах, вставая на его сторону и полностью бойкотируя другого родителя.

Если Ваша семья часто переживает ссоры и конфликты, а такое поведение типично для Вашего ребенка, в дальнейшем это послужит причиной стойких неудач в личной жизни и формированию неправильного образа своей взрослой роли.



# Модели ребенка поведения при конфликте

## 1) Ребенок уходит в себя.

Такой ребенок принимает **нейтральную позицию в семейных конфликтах**, стараясь не принимать в них участие. Он может внутренне очень переживать свою неспособность уладить данные конфликты, но внешне никак не проявлять эмоций, становясь отдаленным от близких людей, дистанцируясь всё больше и больше от семьи, уходя в свое одиночество и не пуская во внутренний мир никого. Такой малыш очень тяжело будет адаптироваться в любом детском коллективе, а потом – в социуме, частыми его спутниками будут депрессия, неуверенность в себе, страхи, пониженная самооценка. В подростковом возрасте такие дети становятся неэмоциональными и замкнутыми, и часто находят убежище в том, что запрещено – курении, выпивке, наркотиках, уходах из дома и т.д.

Существует мнение, что на ребенка негативно влияют только те конфликты в семье, которые произошли при нем.

Но психологи обращают внимание родителей на тот факт, что **дети способны глубоко переживать даже скрытые конфликты между родителями, которые не выливаются во внешнюю ссору или обвинения друг друга, но надолго поселяют в семье отчужденность и холод в отношениях.**

Такая «холодная война» способна исподволь разрушать психику ребенка, порождая те же самые проблемы, сказанные выше.



# Последствия конфликтов родителей для будущей жизни ребенка



1) Дети, часто переживавшие конфликты в родительской семье, в своей взрослой жизни имеют внутриличностный 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.



# Как правильно решать конфликты



## Выявление причины конфликта

Для избежания ссор и скандалов необходимо выявить конкретную причину зарождения конфликта. Ссоры и скандалы, сами по себе не возникают, обязательно должен быть источник появления этой трудности.

В случае необходимости следует уделить время на осознание **причины возникающих конфликтов, ссор и скандалов в семье и выделить все имеющиеся версии развития событий.**

Располагая информацией о причине зарождения конфликтов, гораздо проще избежать данной проблемы, что сделает отношения крепче и успешнее.

## Не входите в конфликтные ситуации

Лучший метод, что бы выйти из конфликтной ситуации, просто в нее не входить. Поймите, что в любом конфликте, нет победителей, и конфликт создается, только двумя и более людьми, когда одна из сторон соглашается с мнением другого, то конфликта не происходит. Даже если вы знаете точный ответ, а ваш собеседник говорит не то, что на самом деле так, то лучше ему не говорить, что он не прав, из-за этого часто и возникают все конфликты. Часто это [мешает воплощению вашей мечты](#), так как вы теряете все силы и время на конфликты.

## Сохраняйте спокойствие в любом конфликте



Чтобы выйти из конфликтной ситуации, вам нужно сохранить спокойствие, набраться сил и просто уйти, из ситуации. Будьте нейтральны, в любом конфликте, тогда он не будет забирать много энергии и сил. Если вы точно знаете, что ваш собеседник не прав, то можно, либо согласиться с его мнением, либо же сказать, что он не прав и закончить разговор. Спокойствие, часто помогает не входить вообще в конфликты, так как именно беспокойство и нервы, создают конфликты и порой очень больших масштабов.

# Как правильно решать конфликты



## Будьте мудрее

Мудрые люди, понимают и осознают, всю эгоистическую природу человека, что невозможно поменять, того или иного человека, тем более его мнение. Когда спор или конфликт, начался и надолго затянулся, то в конце его, каждая из сторон, останется с собственным мнением, которое еще больше укоренилось и не факт, что оно правильное. Нам невозможно изменить природу, которая дала человеку эгоистический характер, поэтому мудрые люди, не тратят свое время на конфликты, так как знают, что это, ни к чему хорошему не приводит. Измените сначала себя и свои взгляды и тогда, люди изменятся сами.



## Исходите из фактов или доказательств, а не из своего мнения

Если вы хотите, все же проучить вашего собеседника и доказать, что он неправ, то предъявите доказательства и реальные факты, подтверждающие вашу правоту. На это уйдет время, но ваша эгоистическая эмоция исчезнет. Женщины чаще, чем мужчины, подвергаются конфликтам, особенно в семье, именно это и зачастую является причиной их проблем



## Улыбайтесь и будьте всегда в хорошем настроении



Жизнерадостные люди, научились правильно выходить из конфликтных ситуаций, они просто начали ценить жизнь и радоваться ей, так как она коротка, для конфликтов. Вы можете продолжать спорить, создавать конфликты, но ваше время пребывания, в данном мире растет и в итоге, остается совсем мало времени, для жизни. Радуйтесь жизни и каждому ее мгновению, тогда конфликты к вам, больше не будут приставать. Если хотите, научить людей чему-то, то покажите все, не на слове, а на своем собственном примере.



# Как правильно решать конфликты



Иногда возникают такие обстоятельства, которые заставляют людей ради сохранения спокойствия и мира в семье идти на уступки даже вопреки собственным интересам и ценностям, но тогда их партнер все больше проявляет эгоизм и даже пренебрежение.

При таких взаимоотношениях причина неудовлетворенности браком кроется в неподходящем партнере для совместной жизни. В подобной ситуации, если люди пока не узаконили свои отношения, рекомендуется подобрать **для себя другого, действительно близкого человека.**

## Самосовершенствование

Наиболее предпочтительным способом никогда не конфликтовать и не таить обиды друг на друга является доверие, совместное обсуждение всех негативных моментов и работа над ними. В таком браке супруги обычно уважают и принимают точку зрения своего партнера, спрашивают его мнение, совместно реализуют общие цели, словно единое целое.

Однако, для того, чтобы выстроить подобные взаимоотношения со своей второй половиной, необходимо, еще, будучи ребенком, впитать в себя уважительное отношение к людям, способность идти на уступки и желание иметь крепкую семью в своей взрослой жизни.

Но, кроме постоянной работы над собой, самосовершенствования, приобретения необходимых навыков для семейной жизни, важно подобрать для себя **партнера с подобными жизненными ориентирами и взглядами на семейные отношения. Необходимо, чтобы он также стремился к совместному преодолению всех трудностей и невзгод, уважал, разделял взгляды и оказывал посильную помощь.**

**Создание крепкой семьи** - это самый верный способ обретения счастья для любого человека, поэтому необходимо уделять должное внимание именно этой стороне своей жизни, чтобы никогда не чувствовать непонимания и разочарования.

# Как правильно решать конфликты



Иногда возникают такие обстоятельства, которые заставляют людей ради сохранения спокойствия и мира в семье идти на уступки даже вопреки собственным интересам и ценностям, но тогда их партнер все больше проявляет эгоизм и даже пренебрежение.

При таких взаимоотношениях причина неудовлетворенности браком кроется в неподходящем партнере для совместной жизни. В подобной ситуации, если люди пока не узаконили свои отношения, рекомендуется подобрать **для себя другого, действительно близкого человека.**

## Самосовершенствование

Наиболее предпочтительным способом никогда не конфликтовать и не таить обиды друг на друга является доверие, совместное обсуждение всех негативных моментов и работа над ними. В таком браке супруги обычно уважают и принимают точку зрения своего партнера, спрашивают его мнение, совместно реализуют общие цели, словно единое целое.

Однако, для того, чтобы выстроить подобные взаимоотношения со своей второй половиной, необходимо, еще, будучи ребенком, впитать в себя уважительное отношение к людям, способность идти на уступки и желание иметь крепкую семью в своей взрослой жизни.

Но, кроме постоянной работы над собой, самосовершенствования, приобретения необходимых навыков для семейной жизни, важно подобрать для себя **партнера с подобными жизненными ориентирами и взглядами на семейные отношения. Необходимо, чтобы он также стремился к совместному преодолению всех трудностей и невзгод, уважал, разделял взгляды и оказывал посильную помощь.**

**Создание крепкой семьи** - это самый верный способ обретения счастья для любого человека, поэтому необходимо уделять должное внимание именно этой стороне своей жизни, чтобы никогда не чувствовать непонимания и разочарования.

**Спасибо за то, что внимательно слушали  
информацию, а теперь представьте, что вам  
приснился конфликт. Нарисуйте ваши эмоции и  
напишите, какие эмоции вы переживаете во время  
конфликта**

**И подумайте над ответом на следующие вопросы:**

Можно ли прожить без конфликтов?

Можно ли научиться бесконфликтному общению?

Можно ли уйти от конфликта(ов)?

Можно ли прожить, не сталкиваясь с проблемами, затруднениями, противоречиями и с различиями интересов и позиций других людей?

Можно ли научиться избегать или легко преодолевать проблемы, затруднения, противоречия и различия интересов и позиций других людей?