

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Свердловской области, реализующее адаптированные основные
общеобразовательные программы, «Центр «Дар»

Выявление признаков нарушений взаимоотношений в семье, имеющих ребенка раннего возраста

Г. Реж, 2020

Ура! Теперь мы семья

- Настоящая семья - это когда есть ребенок. Малыш, в котором как в зеркале отражаются и мамины и папины черты. "Как ваш малыш похож на папу!" - скажет наблюдательная соседка. "И красивый как мама!" - подтвердит прохожий. Нет приятнее слов, ведь наши дети это продолжение нас самих.



- Ученые утверждают, что женщина, у которой родился ребенок, умнеет... Из-за гормональных изменений в ее организме увеличиваются размеры клеток в отдельных участках мозга, что благотворно влияет на его работу. Да и сам маленький ребенок и уход за ним заставляет мамочку быть сообразительнее, собраннее, находить решения в самых неожиданных ситуациях.
- Раньше считалось, что воспитание детей влияет на психику женщин гораздо больше, чем на психику мужчин. Но последние исследования мужских переживаний показали, что отцовство влияет на мужчин так же сильно, как материнство на женщин.



Родители, воспитывающие детей совместно с супругом, имеют меньший риск депрессии по сравнению с теми, кто воспитывает детей в одиночку, утверждают психологи. В этом сомнения нет. Вдвоем легче переносить трудности, главное самим не создавать их друг для друга.



Если кризис наступил

По статистике, многие пары распадаются в первые два-три года после рождения ребенка. А вообще разводу подвергается каждая вторая пара. Почему? Ведь, казалось бы, рождение ребенка делает семью полной. В чем причина непонимания между супругами? Может, это от чрезмерного мужского самолюбия или женской несдержанности? Думаю, все не так однозначно...



Сначала о папе

Вот как видит эту проблему и ее решение врач - педиатр Бенджамин Спок: "В глубине души муж может почувствовать себя лишним (так маленький мальчик иногда считает себя отверженным, когда узнает о беременности матери). Внешне это скрытое чувство проявляется в раздражительности по отношению к жене, в стремлении проводить вечера с приятелями вне дома, в ухаживании за другими женщинами. При этом жена оказывается лишенной поддержки мужа именно в то время, когда она ей больше всего нужна, когда начинается новый, незнакомый этап ее жизни".



Великий педиатр всех времен и народов показывает нам, что период появления в семье малыша тяжелый не только для его матери, но и для отца. Он пишет: "Приходя в родильный дом навестить жену и ребенка, муж не ощущает себя главой семейства – для персонала он всего лишь очередной посетитель... Наступает время привозить семейство домой, но жена (как и бабушка или другие помощники) беспокоятся только о ребенке, и снова муж играет в основном роль носильщика".

После таких слов понимаешь мужа. Почему и от чего порой он ведет себя совершенно неправильно. В нем просто-напросто говорят обида и ревность, что теперь он не нужен, словно выполнил свой долг и теперь свободен.



Бенджамин Спок предлагает активно включать мужа в процесс подготовки к родам и уходу за малышом. Супруги могут вместе посещать врача, ходить на консультации и курсы по подготовке к родам. Если ваш муж хочет присутствовать на родах, не отказывайте ему. Можно посвятить будущего отца не во все таинства рождения наследника.



А теперь о маме

Без особого внимания и заботы молодой мамочке никак нельзя. Причем забота мужа не должна ограничиваться только зарабатыванием денег. Добрые слова, букет цветов просто так, помощь по дому и в уходе за ребенком – порой этого достаточно, чтобы сохранилась крепкая семья.



"Муж должен постоянно помнить, что жене придется гораздо труднее, чем ему, особенно после возвращения домой из роддома. Ее организм испытал коренные физиологические и гормональные изменения. Если это их первый ребенок, то жена не может не испытывать серьезной озабоченности. Ребенок постоянно требует от нее огромного нервного и физиологического напряжения: Чтобы отдавать много душевных сил ребенку, она должна получать повышенную заботу и внимание от своего мужа", - эти золотые слова принадлежат педиатру - Бенджамину Споку.



Ко всем прочим трудностям нужно помнить еще и о "послеродовой депрессии" (или "синдроме baby blues"), которая как гром среди ясного неба сваливается на бедных женщин после рождения ребенка. Казалось бы, надо радоваться: вот он родился, долгожданный любимый малыш! Здоровенький, веселенький: а нет, плачет от чего-то молодая мамочка, слезы льет, расстраивается.

По данным статистики, глубокой послеродовой депрессии, которая может длиться до года, подвержена каждая десятая роженица. Чаще всего это женщины 25-45 лет.

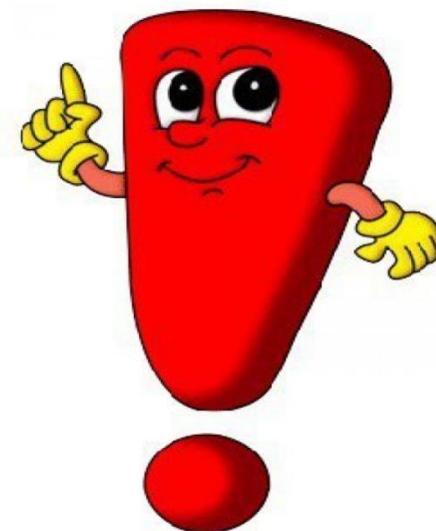


Первые ваши помощники при наступившей послеродовой депрессии – это муж и близкие. Они должны четко понимать природу вашего беспокойства, беспричинного плача и страхов. Ни в коем случае нельзя ругать и корить бедную женщину за то, что она чрезмерно переживает, дергается по каждому поводу и плачет. Отнеситесь с пониманием к молодой мамочке, если не можете успокоить, то хотя бы сами не нагнетайте обстановку, лишний раз промолчите... Помните, такое состояние совершенно нормально, и оно скоро пройдет.



Помните:

- если между вами случилась ссора, поставьте себя на место супруга. Порой этого достаточно, чтобы пересмотреть конфликт и найти его решение;
- не ругайтесь с мужем при чужих людях, даже если вы правы. Сдержаться нет сил? Покажите свое недовольство молча глазами, так чтобы видел только он. Женщины это умеют делать;
- старайтесь говорить по схеме "Я-послание". То есть высказывать свои претензии вот в такой форме: "Я считаю, что ты не прав!", а не категорично: "Ты неправ!";
- родственники и близкие не должны вмешиваться в ваши отношения, навязываться и указывать, как нужно ухаживать за ребенком, в конце концов, ответственность за все ляжет на вас;
- не подливайте масла в огонь. Старайтесь как можно скорее свести конфликт на нет;
- вы тоже можете быть неправы, несмотря на то, что вам труднее;
- это ваш муж, и вы сами его выбрали, значит, в нем есть что-то хорошее, за что вы его любите. **Постарайтесь не забывать и о позитивных моментах вашей супружеской жизни.**



Как отношения между родителями влияют 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. 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.



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.



Против кого дружить будем?

Часто мы слышим истории о том, как мама и ребенок вместе борются с «непристойными» друзьями папы, вместе отговаривают его поехать на рыбалку и т. п. Папа, в свою очередь, берет ребенка в соратники для борьбы с мамиными «подружками-болтушками», стараясь не отпустить супругу в кино или на выставку. Основа противостояния – показать, что супруг (-а) плохой, и возложить на него вину за неудавшиеся отношения.

В семье создаются два противоборствующих лагеря, и ребенок стоит перед выбором: с кем быть ему? Родители для привлечения сына или дочки на свою сторону используют методы убеждения и подкупа.

Тревога и напряженность, смятение, боязнь сделать что-то не так и подвести таким образом маму или папу приводят ребенка к серьезным невротическим расстройствам.



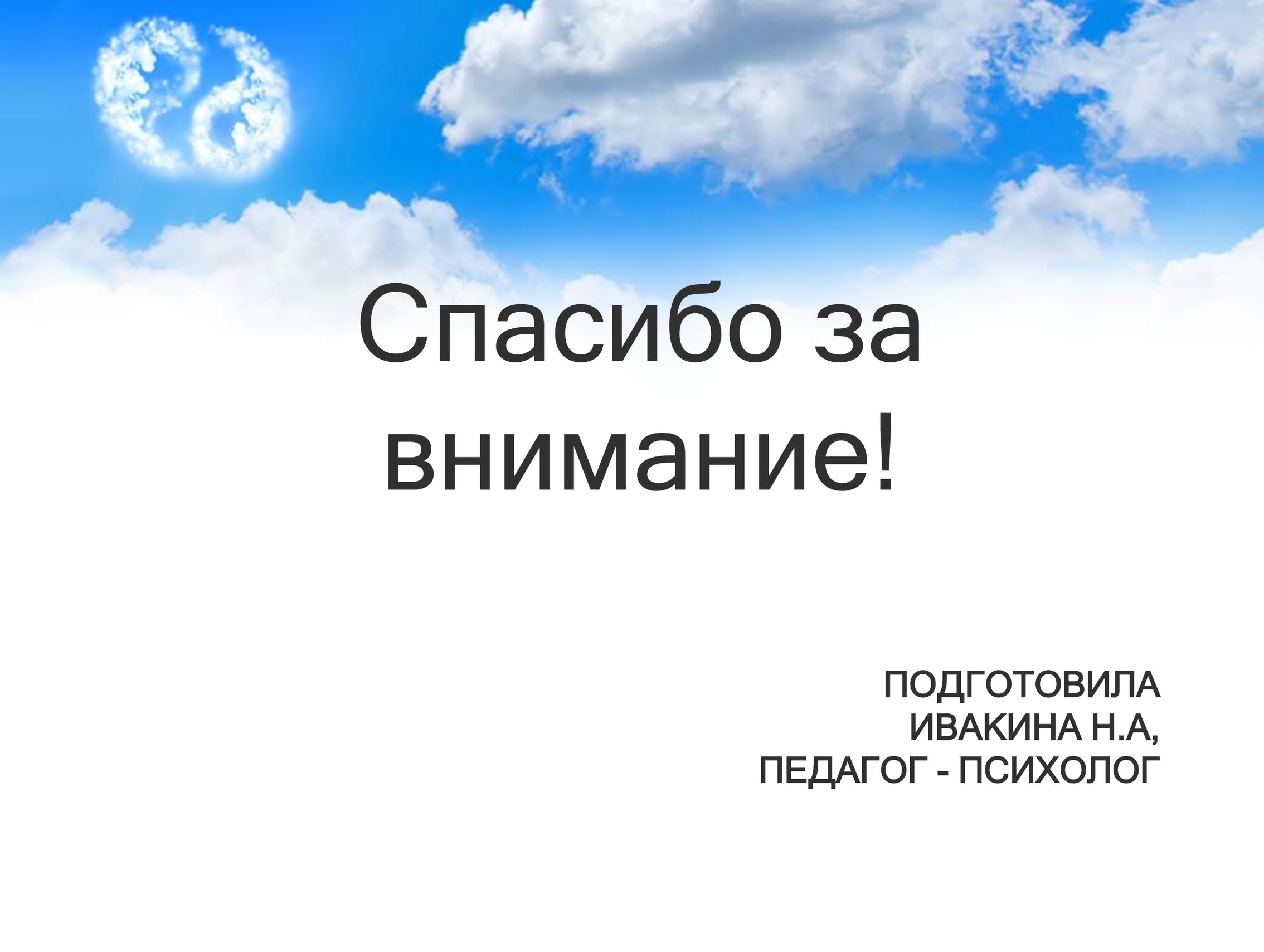
Роль спасателя семьи

Не менее опасны ситуации, в которых ребенок выступает в роли спасателя, примиряющего двух поссорившихся взрослых. Происходит это и буквально – когда через ребенка не разговаривающие родители передают друг другу послания.

Испытывая психологический дискомфорт, ребенку хочется плакать, злиться или убежать куда-нибудь. Такие дети часто болеют, ведь больной ребенок объединяет вокруг себя еще вчера скандаливших родителей и вынуждает их вместе бороться с болезнью. **Согласитесь, этот способ является разрушительным как для психического, так и для физического развития ребенка.**

В разногласия между родителями не должны вовлекаться дети, и взрослым людям необходимо помнить об этом.





**Спасибо за
внимание!**

**ПОДГОТОВИЛА
ИВАКИНА Н.А,
ПЕДАГОГ - ПСИХОЛОГ**