



Мирная обстановка в доме для детей – синоним счастья. В противовес этому семейные ссоры в детском понимании являются одними из самых болезненных событий. Даже дети чувствуют, когда обстановка накаляется, и стараются скрыться от криков. В общем, пытаются избежать неприятной сцены наиболее простым для них способом: "ничего не вижу, ничего не слышу".

Становясь старше, дети не перестают чутко реагировать на перемены в родительских взаимоотношениях, но уже не убегают, а начинают вмешиваться в конфликт. Не понимая, почему взрослые не могут поладить, дети автоматически назначают себя виновниками домашних неприятностей. Именно поэтому психологи рекомендуют не выяснять отношения на глазах у детей. А если размолвка все-таки произошла, стараться сдерживать себя и обдумывать слова, которые произносятся в присутствии детей.

В пылу ссоры это может быть очень сложно, но необходимо помнить, что дети все воспринимают буквально: они запоминают, что мама назвала папу "бесчувственным" и "грубым" и, к сожалению, это может повлиять на отношение ребенка к родителю, пробудив в нем желание – восстать против "обидчика", даже если это родной человек.

И все-таки даже в счастливых семьях случаются трудные времена, когда накопившиеся эмоции находят выход в ссорах. Чтобы конфликты не становились причиной мучительных переживаний и психологических травм у детей, взрослым следует проявить больше понимания к тому, что чувствуют дети, когда их родители ссорятся друг с другом.

В понимании детей ссорящиеся взрослые начинают говорить на чужом языке: на высоких тонах, бросаясь обвинениями, не выбирая выражения. Часто дети просто не понимают, что происходит, и если никто не объясняет им ситуацию, недосказанность перерастает во внутренний страх. Дети начнут додумывать худший сценарий: родители расстанутся, мама или папа уйдут из дома, им придется выбирать, с кем жить. В такой ситуации семья уже не видится детям островком безопасности, поэтому важно

успокоить их и объяснить, что же произошло между вами. Доступным языком и простыми словами признайтесь, из-за чего вы поссорились, и как вам жаль, что им пришлось это слышать и видеть. Постарайтесь найти в себе силы извиниться перед детьми, особенно если они стали свидетелями некрасивой ругани и криков.

Детям важно видеть, что худшее позади, а в ссоре поставлена мирная точка. Если вы все еще не договорились между собой, пообещайте, что вы постараетесь решить свои взрослые проблемы как можно быстрее, и скоро все снова будут улыбаться и дружить. Когда вы все-таки помиритесь со своей второй половиной, обязательно вместе расскажите об этом детям. Это продемонстрирует им пример того, как в будущем разрешать собственные конфликты.

Если ссоры в доме стали частым, обыденным делом и возникают из-за серьезных разногласий в отношениях или кризисных моментов семейной жизни, отнеситесь к решению вопроса со всей ответственностью. Что бы ни происходило между взрослыми, оно всегда отражается на поведении детей: многие детские проблемы возникают из-за того, что у родителей не все гладко. Не получая объяснений о происходящем, дети начинают чувствовать себя третьими лишними, предпочитают не оставаться свидетелями конфликтов и ищут утешения на стороне, отдаляясь от дома и близких.

Невозможно и не нужно скрывать от детей негативные моменты взрослых отношений: всем людям свойственны кратковременные недопонимания, но необходимо дать детям понять, что все конфликты решаемы при обоюдном желании. И даже в трудные времена важно проявлять уважительное отношение друг к другу. Можно заранее договориться о стоп-сигнале, который обоим даст понять, что лучше перестать ругаться на глазах у детей и отложить разговор до вечера: это к тому же даст возможность обдумать сложную ситуацию и, может быть, попросту времени позволит решить проблему без громкого выяснения отношений.

Любите себя и своих близких!

**Составитель социальный педагог  
КГБУ СО Центр семьи «Приморский»  
Е.Н. Матулис**