



Почему дети в семье ссорятся

Попробуйте посмотреть на ссоры детей с другой стороны. Сложные отношения с братом или сестрой развивают важные жизненные навыки, а умение разрешать конфликты друг с другом сильно повлияет на их будущие отношения с другими людьми.

К тому же у детских конфликтов бывает множество разных причин. Некоторые из этих причин вполне здоровые. Например:

Дети не боятся показывать свои чувства и потребности, а в конфликтах они ищут и развивают свою идентичность, лидерские способности, самоконтроль.

Семья — это безопасное место, где ребёнок не стесняется проявлять сильные эмоции и постоянно проверяет, как на его выходки отреагируют другие («Что она сделает, если я скажу так?», «Насколько ещё её хватит?»).

Своими конфликтами дети показывают родителям, что им нужна помощь в организации, например, чёткие правила или семейные собрания для решения проблем.

Дети должны научиться понимать, где границы личного пространства, чья сейчас очередь играть с новой игрушкой и почему нельзя брать чужое.

Дети проходят через нормальные этапы развития: сначала формируется чёткое разделение хорошо-плохо, белое-чёрное, а со временем развивается гибкость мышления.

Конфликты возникают из-за недопонимания при разнице в возрасте.

Дети ссорятся, чтобы привлечь внимание родителей.

Дети чувствуют необходимость соревноваться за внимание родителей.

Один ребёнок — часто младший — нуждается в общении со старшим, но не может привлечь его внимание.



Правило 1. Разрешите детям злиться, переживать и любить друг друга

Лучшее, что могут сделать родители, — позволить детям испытывать сильные и запутанные эмоции по отношению друг к другу. Если вы попытаетесь пресечь эти чувства, они выльются в негатив: обиды, соперничество, отчуждённость, физическую агрессию. Примите то, что эмоции ребёнка реальны, рано или поздно они утихнут, как морской шторм.

«Я ненавижу его! Он самый ужасный брат на свете! Лучше бы его не было!». Что можно сказать ребёнку в ответ на это? Вместо «Ох, не говори так. Ты его любишь. Он твой брат. Всё будет хорошо», скажите: «Ты сейчас очень зол на него. Иногда тебе кажется, что без него было бы лучше. Он тебя обидел».

Родители часто не решаются на такие слова, но если вы перестанете бояться «плохих» эмоций ребёнка, рано или поздно они пройдут. Детская злость переплетена с любовью к брату или сестре. Если вы поймёте это и позволите ребёнку принять свои чувства, любовь и радость к нему вернутся.

Правило 2. Вмешивайтесь осторожно

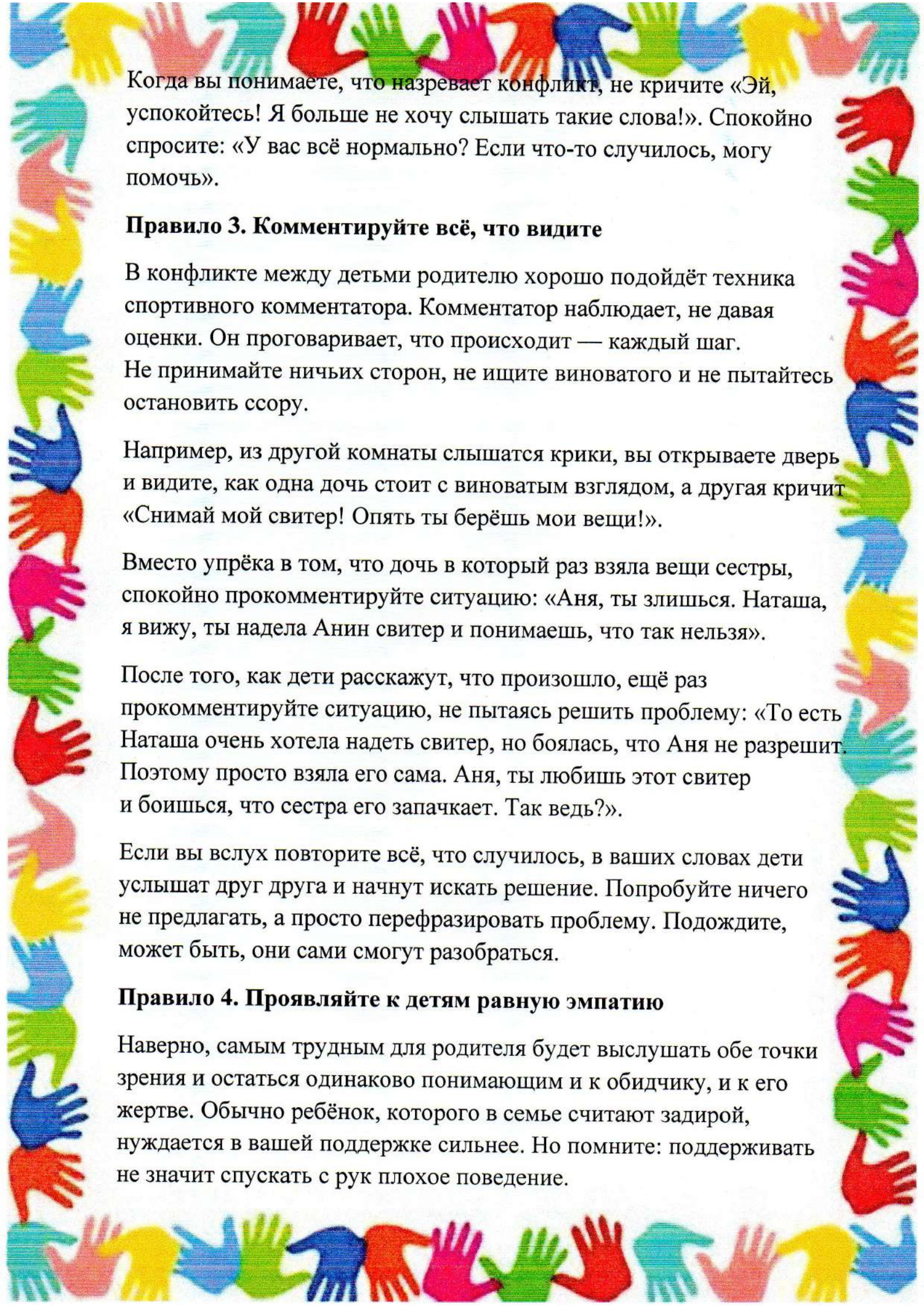
Постарайтесь выбрать правильный момент, чтобы вмешаться в конфликт. Не обращайтесь внимания на мелкие споры. Если вы не дадите детям возможность решить проблему самостоятельно, они никогда не научатся договариваться и в душе могут продолжать злиться друг на друга. Внимательно следите, когда понадобится ваша помощь. Например, можете начать действовать, если:

дети повышают голос;

один ребёнок начинает кричать громче, потому что другой его не слушает;

один или оба ребёнка устали, хотят есть или перевозбуждены.

Чтобы разрешить конфликт, нужно терпение. Если вы чувствуете, что дети на взводе, скорее всего, вам лучше вмешаться.



Когда вы понимаете, что назревает конфликт, не кричите «Эй, успокойтесь! Я больше не хочу слышать такие слова!». Спокойно спросите: «У вас всё нормально? Если что-то случилось, могу помочь».

Правило 3. Комментируйте всё, что видите

В конфликте между детьми родителю хорошо подойдёт техника спортивного комментатора. Комментатор наблюдает, не давая оценки. Он проговаривает, что происходит — каждый шаг. Не принимайте ничьих сторон, не ищите виноватого и не пытайтесь остановить ссору.

Например, из другой комнаты слышатся крики, вы открываете дверь и видите, как одна дочь стоит с виноватым взглядом, а другая кричит «Снимай мой свитер! Опять ты берёшь мои вещи!».

Вместо упрёка в том, что дочь в который раз взяла вещи сестры, спокойно прокомментируйте ситуацию: «Аня, ты злишься. Наташа, я вижу, ты надела Анин свитер и понимаешь, что так нельзя».

После того, как дети расскажут, что произошло, ещё раз прокомментируйте ситуацию, не пытайтесь решить проблему: «То есть Наташа очень хотела надеть свитер, но боялась, что Аня не разрешит. Поэтому просто взяла его сама. Аня, ты любишь этот свитер и боишься, что сестра его запачкает. Так ведь?».

Если вы вслух повторите всё, что случилось, в ваших словах дети услышат друг друга и начнут искать решение. Попробуйте ничего не предлагать, а просто перефразировать проблему. Подождите, может быть, они сами смогут разобраться.

Правило 4. Проявляйте к детям равную эмпатию

Наверно, самым трудным для родителя будет выслушать обе точки зрения и остаться одинаково понимающим и к обидчику, и к его жертве. Обычно ребёнок, которого в семье считают задирой, нуждается в вашей поддержке сильнее. Но помните: поддерживать не значит спускать с рук плохое поведение.