Детско-родительские отношения: виды и способы оптимизации

Детско-родительские отношения - это один из важнейших аспектов, изучаемых психологией семьи, психологией семейных отношений и возрастной психологией. Каждый человек в той или иной роли вовлечен в детско-родительские отношения.

Дети - цветы жизни, но рождение ребенка - это ответственность, которую возлагают на себя родители, создавая семью. Готовясь стать мамой и папой, родители, прежде всего, мечтают дать своему ребенку всё самое лучшее, зачастую лучше, чем у них самих. И, как правило, ребенок воспитывается так же, как были воспитаны сами родители в своей семье.

Воспитание и детство ребёнка в семье определяет дальнейшее развитие ребёнка и его самостоятельную взрослую жизнь. Отношения в семье между родителями являются главным фактором развития детей и формирования личности ребёнка.

**Существует несколько типов отношений родителей и их детей.** Наиболее оптимальный - это когда существует взаимное доверие между родителем и ребёнком. При этом ребёнок чувствует заботу и поддержку со стороны родителей, и ребёнок (с точки зрения его самооценки и представлений о самом себе) формируется в успешную и гармоничную личность. Построение таких отношений требует от родителей умения «видеть» своих детей и анализировать своё поведение.

В семье, где присутствует чрезмерные опека со стороны родителей и выполняются любые капризы ребёнка, дети растут несамостоятельными, инфантильными, зачастую, эгоистичными. Неумеренная родительская любовь отгораживает ребёнка от проблем реального мира, столкнувшись с которыми потом, ребёнок оказывается незащищенным и подавленным перед жизнью.

В ситуации прямо противоположной - когда ребёнком пренебрегают, не уделяют должного внимания и любви - дети становятся замкнутыми и неуверенными в себе. Отсутствие внимания родителя приводит к низкой самооценке и к самоуничижению личности ребёнка. В дальнейшем такие дети вырастают в недовольных, замкнутых неудачников.

**Важнейшая функция семьи - психологическая:** создание условий для взаимной открытости, непредвзятости, снятия необходимости в психологической защите, обеспечения открытого самовыражения, взаимного сопереживания. Для нормального психологического состояния человека очень важно, чтобы именно в семье он чувствовал себя спокойным, открытым, эмоционально раскрепощённым, защищённым, не метался между своими эмоциями, побуждениями и противоречивыми требованиями, исходящими от окружающих.

В семейных отношениях наиболее легко реализуется важная потребность, которую испытывает человек, вступающий в общение, - получить от партнёра по общению «поглаживание», т.е. сочувствие, одобрение как подтверждение общего расположения к себе. Это - весьма важное условие для обеспечения общего душевного спокойствия и уверенности в себе. По данным психологов, человеку для ощущения эмоционального благополучия необходимо не менее восьми «поглаживаний» в день.

Именно семья является основным источником сочувствия и поддержки и может оказать их своевременно, тонко и ненавязчиво. Однако родители, не зная об этом аспекте межличностных отношений, не всегда понимают, что ребёнок часто обращается к ним не за конкретным советом, а именно за пониманием. Ведь каждый человек нуждается не столько в рациональной оценке успешности или неуспешности своих действий, сколько в поддержке и утешении, которые важны для становления личности ребёнка. «Поглаживания» могут затрагивать положительную оценку поведения, внешности, взглядов, результатов труда, характера и способов деятельности и т.д. Человек (а особенно подросток, юноша) обычно обострённо реагирует на негативную оценку своих успехов, болезненно воспринимает её понижение, поэтому именно домашние отношения часто являются главным средством компенсации недостаточных успехов или недооценки окружающих вне семьи.

Дефекты общения, низкая культура взаимодействия, неумение общаться ведут к утрате психотерапевтической функции семьи, усугубляя внешние травмы. Однако общение может не иметь явных внешних дефектов, но это не значит, что оно полноценно выполняет свою психолого-педагогическую функцию. Существуют более скрытые дефекты, выявить которые зачастую достаточно трудно, - назовём их типичными ошибками общения. В этих случаях внешне процесс общения идёт вроде бы нормально, однако осложняется неожиданными конфликтами, эмоциональной неудовлетворительностью общающихся сторон.

 Современная семья включена во множество сфер жизнедеятельности общества.  Поэтому на климат внутри семьи влияет множество факторов: и политические, и социально-экономические, и психологические. Сокращение свободного времени родителей из-за необходимости поиска дополнительных источников дохода, психологические перегрузки, стрессы и наличие множества других патогенных факторов стимулируют развитие у родителей раздражительности, агрессивности, синдрома хронической усталости. Многие родители, находясь под прессом возникающих проблем, считают возможным выплеснуть свои негативные эмоции на маленького ребёнка, который не может противостоять психологической, а часто и физической агрессии, казалось бы, самых близких ему людей. Именно таким образом дети становятся полностью зависимыми от настроения, эмоций и физического состояния родителей.

**Типичные профили родительского отношения, влияющие на социальную адаптированность ребёнка**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Группа семей | Подгруппа | Характеристика профиля родительского отношения |
| Благоприятные | Понимающие | Хорошо знают своего ребёнка, реально оценивают его и его поступки, адекватно и гибко реагируют на различные ситуации, способны встать на позицию ребёнка, понять его точку зрения, диалогичны, понимают и принимают ребёнка, каков он есть. Сензитивны, часто говорят о ребёнке, переживают вместе с ним, способны защищать его в любых ситуациях. |
| Благоприятные | Покровительствующие | Хорошо знают своего ребёнка, реально оценивают его и его поступки, адекватно реагируют на них. Однако в общении с ребёнком занимают позицию старшего, не принимают диалог, считают свою точку зрения единственно правильной. |
| Благоприятные | Безразличные | Мало знают своего ребёнка и не стремятся узнать больше, чаще заботятся о внешних результатах и фактах, нежели о причинах и переживаниях. Эмоциональное отношение к ребёнку у них выражено слабо, часто такие родители заняты решением своих проблем. Однако их дети хорошо одеты; ухожены и научены поведению, требуемому в обществе. |
| Неблагоприятные | Подавляющие | Отличаются наибольшей степенью эмоционального отвержения ребёнка, большим количеством запретов, приказов. Родители уверены, что хорошо знают ребёнка, но обычно не могут предсказать его поведение в различных ситуациях. Отношения отличаются напряженностью, и носит синусоидальный характер. |
| Неблагоприятные | Тревожные | Родители этой группы отличаются повышенной тревожностью, неуверенностью, в реальности они неплохо знают своих детей, Сензитивны по отношению к ним, но не уверены в правильности своего поведения и поэтому порой жестоки к ребёнку. Отношения характеризуются неустойчивостью амбивалентностью. |
| Неблагоприятные | Отстранённые | Родительская позиция крайне ригидна, полное отсутствие диалогичности в отношениях с ребёнком, повышенные ожидания и требования на фоне значительной ориентации на ребёнка и большой привязанности к нему. |
| Неблагоприятные | Отвергающие | Родители этой группы отстранены от ребёнка, не желают вникать в его проблемы, уделять ему внимание, замечать изменения. Эмоциональное отношение выражено неярко, преобладает элемент отвержения, при этом их представления о ребёнке достаточно адекватны. |

 Ребенок, живя в семье, накапливает большой опыт межличностных отношений. Он воспринимает, правильно или искажённо, как родители относятся к нему – избегают его, недовольны им, признают его автономность или ущемляют её, доброжелательно относятся к нему или нет. Со временем он осмысляет, любят его родители или нет, нужен ли он им, значим ли для них. Ребёнок также формирует и своё отношение: любит ли он сам родителей такими, какие они есть, чувствует ли их эмоциональную отдалённость и стремиться её уменьшить, избегает ли он травмирующих отношений с родителями. Содержание его осмысления взаимоотношений с родителями проявляется в его высказываниях, поступках, настроениях.