

## КОНФЛИКТЫ СУПРУГОВ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ

Тема для беседы с родителями



**С. А. Месникович,**

доцент кафедры психологии БГПУ им. Максима Танка,  
кандидат психологических наук

Семейные проблемы и конфликты взрослых могут иметь как открытый, так и скрытый характер. Но все они неизменно и негативно влияют на психологическое благополучие детей, воспитывающихся в этой семье, особенно тогда, когда взрослые не пытаются осознать истинные причины проблем и конфликтов и конструктивно решить их.

## Родители-конкуренты

**Факт из консультативной практики.** Мама подростка рассказывает: «Мой муж год назад уволился с высокооплачиваемой работы и вынужден был перебиваться случайными заработками. Я, чтобы поправить материальное положение семьи, работала в двух местах. Естественно, домашние дела (стирку, уборку, приготовление обедов и ужинов) иногда перекладывала на мужа и сына-подростка. Со временем супруг в присутствии мальчика начал позволять себе высказывания типа: «Смотри, какая твоя мать неряха» и т.п. Я пыталась доказать сыну обратное. Недавно меня повысили в должности по основному месту работы и увеличили зарплату. Муж по-прежнему зарабатывает мало, поэтому я наметнула ему о необходимости поиска достойной работы. Возник конфликт. Сын принял мою сторону. Муж обвинил меня в том, что я воспитала плохого человека. Мне кажется, что мой муж плохо влияет на ребенка (мальчик стал хуже учиться, перестал посещать спортивную секцию). Как доказать мужу, что из-за него страдает наш сын?».

Причина конфликтной ситуации в данной семье – жесткая конкуренция между супругами с целью утверждения каждым своего профессионального и личностного превосходства. Самоутверждение при этом осуществляется за счет унижения партнера. Отношения супругов омрачены завистью к успехам друг друга, озлобленностью в борьбе за лидерство и любовь сына.

Первое, что необходимо сделать родителям этого мальчика, – не искать каждому виновного, а обратить внимание на причины кризиса в отношениях друг с другом. Ситуация, когда одинаково близкие для подростка люди не могут договориться между собой, чрезвычайно травматична. Непедагогично вынуждать мальчика принимать сторону одного из родителей.

**Факт из консультативной практики.** 13-летний Игорь обратился к школьному психологу с вопросом: «Как можно убедить родителей не ссориться?». Его папа и мама несколько раз расставались, жили отдельно, затем снова съезжались. Мама часто упрекает Игоря: «Все вы, мужчины, эгоистичные и безразличные!». В процессе беседы с мальчиком выяснилось, что его мама выросла в семье без отца. Во время консультации Игорь поделился с психологом: «Очень хочется, чтобы мама наконец поняла: мужчины – тоже люди».

Реакции мамы подростка обусловлены тем обстоятельством, что в своем браке она пытается реализовать то, что не было реализовано в семье, где она воспитывалась. Чаще всего такие люди оказываются неспособными дать своим детям и в целом

окружающим то, чего не получили сами. Напротив, они ожидают, что все-таки получат от близких людей то, чего оказались лишены в своем детстве, и будут всеми силами, в том числе через агрессию, стремиться к получению желаемого. Мама Игоря в детстве не получила любви значимого для нее мужчины, отца, и теперь неосознанно обвиняет в этом своих мужа и сына. Иногда следствием дисгармоничности отношений между супругами становится отвержение родителем ребенка противоположного пола по механизму проекции (матери – сына, отцом – дочери).

Убеждение, что все мужчины плохие, снижает самооценку подростка. Он не может понять, как же ему все-таки стать хорошим человеком. Девочка-подросток в подобном случае не может представить, за что вообще можно любить мужчин. Подростку сложно разобраться, какие из реакций его родителей относятся лично к нему, а какие – результат детских обид взрослых людей. Он испытывает целую гамму противоречивых чувств и негативных эмоциональных состояний.

К сожалению, далеко не всегда подростки так по-взрослому, как Игорь, в кабинете психолога пытаются разобраться в том, что происходит между их родителями. И потому нередко сложная семейная история приводит молодых людей на путь ассоциального поведения.

**Взрослые должны объяснить подростку, что ему объективно не по силам брать на себя ответственность за отношения родителей. Кроме того, он не должен осуждать своих родителей и давать им какие-либо оценки.**

## Неинтеллигентный развод

**Факт из консультативной практики.** После ухода отца из семьи мать запретила 15-летнему Юре встречаться с ним и его родственниками, рассматривая общение как предательство по отношению к себе. Однако Юра тайком навещал отца, с которым у мальчика были дружеские отношения. Однако через некоторое время у отца появилась новая семья, и Юра все чаще стал ощущать, что он в ней лишний. К тому же, бабушка, мать отца, при каждой встрече с внуком нелестно отзывалась о матери мальчика. Переживая свое одиночество, Юра начал курить, употреблять алкоголь, прогуливать уроки, завел новых приятелей и вместе с ними совершил кражу из магазина.

Дело в том, что для мамы Юры отношения с мужем после их расставания остались незавершенными и она фактически ждала от подростка разрешения тех проблем, с которыми не могла справиться сама. Однако в силу возраста подросток на это не способен. Ему кажется, что асоциальный образ жизни поможет ему, с одной стороны, привлечь на себя внимание значимых для него взрослых, а с другой – спрятаться от переполняющей его боли.

К сожалению, такой выход, рассматриваемый подростком как естественный и самый доступный, ведет к негативным для его психического и физического здоровья последствиям.

**Следует разъяснить подростку, что в ситуации, когда родители расстались либо находятся в состоянии затяжного конфликта, для него существуют более конструктивные выходы: можно усиленно заняться спортом, попытаться реализовать свои таланты в той или иной деятельности, проводить больше времени с друзьями, наконец, посетить психолога, который окажет профессиональную помощь.**

Негативных последствий влияния на подростка развода родителей можно избежать, если отец (мать) получают возможность беспрепятственно встречаться с ним (при условии благоприятного влияния). Иногда ребенок от предыдущего брака одного из родителей не может нормально общаться с новой семьей отца (матери) не потому, что его там не хотят видеть, а по причине неумения родителя продемонстрировать подростку его уникальное место и роль в этой семье.

### Межпоколенные коалиции

**Факт из консультативной практики.** К школьному психологу обратилась 37-летняя Ирина, мать 14-летней девочки. Жалоба: «Дочь непослушная, хочу сделать ее послушной». В процессе консультации выяснилось, что Ирина вместе с мужем и дочерью живут в одной квартире со своей матерью, которую она метафорично охарактеризовала как «охранника концлагеря». Ирина сокрушалась, что мать постоянно вмешивается в ее личную жизнь. Эта женщина разрушила ее первый брак, вмешивается в отношения со вторым мужем. Отношения с матерью Ирина охарактеризовала как «холодную войну». Также упомянула, что у ее матери не складывались отношения с собственной матерью. «А теперь и у меня начались конфликты с дочерью, – сокрушалась Ирина. – Она грубит мне, стала плохо учиться, курить, грозит уйти из дома. Помогите поставить дочь на место!» – попросила посетительница. И стукнула кулаком по столу.

Тут мы наблюдаем специфическую семейную историю (тему). Тема определяет способ организации взаимодействия членов семьи – периодически повторяющийся конфликт – и внешне проявляется в стереотипах поведения, которые воспроизводятся из поколения в поколение. Согласно семейному сценарию старшие женщины этой семьи обычно осуществляли тотальный контроль над своими детьми, лишая их возможности проявлять в полной мере свою самостоятельность. Ситуация в семье усугубилась тем, что Ирина отказывается учитывать возрастные особенности дочери-подростка: стремление стать взрослой, самостоятельной.

Во многих случаях причиной личной проблемы подростка является наличие подобной проблемы у родителей и прародителей. То есть, как правило, эта проблема идет из глубины рода и «передается по наследству» последующим поколениям [2].

Сложности в подобных семьях у матерей (или отцов) подростков возникают еще и потому, что, будучи сами родителями, они зависят от собственных родителей и, следовательно, не могут свободно взаимодействовать со своими детьми, боясь вызвать критические замечания со стороны старшего поколения.

Как утверждает семейный психотерапевт В. Сатир, если у родителей существует конфликт на почве допустимой степени свободы в их взаимоотношениях с собственными родителями, то вступающему в подростковый период ребенку неминуемо придется стать дисфункциональным центром родительского внимания [3]. Подросток не может распутать клубок проблем, идущих через поколения родственников, и поэтому реагирует на возникшую ситуацию непослушанием, неадекватным поведением, а случается, и болезнью.

Также негативно влияют на подростка межпоколенные семейные коалиции. А. В. Черников выделяет следующие варианты межпоколенных семейных коалиций:

- один из родителей образует устойчивую коалицию с подростком против другого – *дистанцированного* – родителя. В этом случае ребенок получает возможность не выполнять требования последнего, так как ребенка всегда поддержит другой родитель. Типичный случай – мать образует коалицию с подростком, а отец находится на расстоянии;
- бабушка (дедушка) образует коалицию с ребенком против родителей. Часто встречающийся вариант в разведенных семьях, когда мать с сыном или дочерью переезжает в дом своей матери, – коалиция бабушки и подростка против воспитательных мер матери;
- родитель объединяется с любимым ребенком, позволяя ему больше, чем другим детям, и вызывая у них ревность;
- один из супругов объединяется со своими родителями против другого супруга и т. д.

Такие коалиции помогают членам семьи, которые чувствуют собственную слабость, справиться с теми, кто кажется им сильнее. Они позволяют ее членам совладать с низким самоуважением, уменьшить тревогу и контролировать третью сторону [4].

### Итоги дисгармонии

Очень часто на консультациях у психолога подростки формулируют свою проблему как: «*Брата (сестру) взрослые любят больше, чем меня!*». Помимо указанной ранее причины (в основе которой лежит родительское непринятие мужчин (женщин) вообще и как следствие – холодность в отношениях

с подростком противоположного пола), довольно распространенной является следующая: родитель больше любит того из детей, кто соответствует его представлениям об идеальном сыне (дочери). Также нередко взрослые все свое внимание направляют на того ребенка, кто более успешен в социальном плане (отличник, победитель в спортивных соревнованиях, талантливый музыкант, художник и т. д.). Истоки предвзятого отношения к детям могут быть и в том, что родитель таким образом пытается компенсировать чувство неудовлетворенности собственной жизнью, проявляет эгоизм, гордыню, желает самоутвердиться через ребенка, пытается доказать подобным образом свою личностную состоятельность и т. д. Иногда, выказывая необъективность по отношению к сыну (дочери), родитель отрабатывает свой внутренний детский конфликт, когда его собственные родители не считались с его мнением либо отдавали предпочтение брату (сестре).

Менее успешный ребенок, достигая подросткового возраста, в противовес семейному фавориту, будет создавать для себя, родителей, а также других членов семьи проблемы, чтобы определить и упрочить свою неповторимую идентичность. А тот, кому досталось больше внимания от родителей, может страдать от их излишнего давления. Подростку или юноше порой требуется много мужества и такта, чтобы избавиться от родительской гиперопеки. Неравенство в отношении родителей к разным детям приводит к появлению зависти и ревности между братьями и сестрами.

В некоторых семьях подростки начинают замечать различие в отношении к ним со стороны бабушек и дедушек: например, если не складываются отношения с сыном, а потом «отходят в сторону» и внуки со стороны сына. Внуки же со стороны дочери ближе, считает такая бабушка. Подчас взрослые члены семьи пытаются сформировать у подростка совершенно абсурдные понятия «своя бабушка» или «настоящий дедушка», подчеркивая превосходство своего рода над родом супруга [1].

Родителям важно осознать негативность подобных явлений. Ведь именно в отрочестве, в силу

таких психологических особенностей подросткового возраста, как появившееся чувство взрослости, стремление к абстрактному мышлению, формирующаяся самооценка, обострившееся чувство справедливости, человек начинает делать умозаключения, как надо выстраивать отношения в своей будущей семье, каким образом налаживать взаимодействие «отцы и дети». Сознательно либо неосознанно подросток задает себе вопросы: «Кто я?», «Какой я?», «Какая у меня семья?», «Можно ли вообще надеяться на справедливость в общении с близкими людьми?».

#### Рекомендации родителям

- Сохраняйте положительный образ друг друга и откажитесь от взаимных негативных оценок и комментариев, как бы ни складывались ваши отношения с супругом, ради психологического комфорта вашего ребенка.
- Помните: если взрослые не обсуждают, не контролируют и не координируют негативные семейные сценарии, то эти сценарии повторяются на межпоколенном уровне.
- Сосредоточьте внимание на построении гармоничных отношений с супругом (супругой), на собственной самореализации и адекватном взаимодействии с родственниками. Таким образом вы передадите подростку бесценный опыт формирования психологического благополучия.

#### Рекомендации учителям

- Продемонстрируйте подростку готовность поддержать его в трудной семейной и жизненной ситуации. При необходимости посоветуйте ему посетить школьного психолога.
- Обратите внимание родителей подростка на литературу, посвященную гармонизации семейных отношений.
- Поддерживайте в классе благоприятный психологический микроклимат, ведь именно доверительное общение со сверстниками во многих случаях помогает подростку конструктивно справиться со сложными семейными коллизиями.

#### Резюме автора

Объективный анализ родителями собственных отношений с членами семьи, адекватное понимание процессов взаимодействия старшего и младшего поколений родственников, уважительное отношение к близким для сына (дочери) людям будут способствовать благоприятному психологическому развитию подростка.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Андреева, Т. В. Семейная психология / Т. В. Андреева. – СПб.: Речь, 2004. – 244 с.
2. Сатир, В. Как строить себя и свою семью / В. Сатир. – М.: Педагогика-пресс, 1992. – 192 с.
3. Сатир, В. Психотерапия семьи / В. Сатир. – СПб.: Речь, 2000. – 285 с.
4. Черников, А. В. Системная семейная терапия: интегративная модель диагностики / А. В. Черников. – М.: Независимая фирма «Класс», 2001. – 208 с.