

**Зекиева Петимат Масудовна**

канд. филол. наук, доцент

**Джамулаева Джамиля Хамзатовна**

студентка

ФГБОУ ВО «Чеченский государственный педагогический университет»

г. Грозный, Чеченская Республика

## **ПСИХОЛОГИЯ СЕМЬИ И ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ**

***Аннотация:** детско-родительские отношения играют ключевую роль в формировании личности ребенка и его самооценки. Как родители общаются с детьми, какие модели поведения они демонстрируют, какие ценности они передают, – все это оказывает непосредственное влияние на психологическое развитие малышей. Поэтому важно осознавать свою ответственность и роль в формировании здоровых и позитивных отношений в семье. Семейная среда, в которой воспитывается ребенок, также имеет большое значение. Конфликты между родителями, недостаток эмоциональной поддержки, нарушение границ взаимодействия, – все это может негативно отразиться на психическом и эмоциональном состоянии ребенка. Поэтому важно создавать гармоничную и поддерживающую атмосферу в семье, где дети чувствуют себя защищенными, понятыми и любимыми.*

***Ключевые слова:** психология семьи, детско-родительские отношения, влияние семейной среды, коммуникация, эмоциональная поддержка.*

Психология семьи и детско-родительских отношений – обширная область психологии, изучающая взаимодействие между членами семьи, особенности взаимоотношений между родителями и детьми, а также их влияние на психологическое развитие личности.

Коммуникация внутри семьи играет особенно важную роль. Открытый и уважительный диалог между родителями и детьми способствует развитию доверия, понимания и эмоциональной связи. Навыки эффективной коммуникации,

умение выслушивать друг друга, решать конфликты конструктивно – все это способствует укреплению отношений внутри семьи и благоприятно влияет на психологическое благополучие всех ее членов.

«Семья – малая социальная группа, важнейшая форма организации личного быта, основанная на супружеском союзе и родственных связях, т. е. отношениях между мужем и женой, родителями и детьми, проживающими вместе и ведущими совместное хозяйство» [1, с. 9].

В рамках психологии семьи и детско-родительских отношений изучается, как взаимодействие между членами семьи влияет на формирование личности у каждого из них. Важную роль в этом процессе играют стили воспитания, которые применяются родителями по отношению к детям. Они могут быть авторитарными, демократичными, пассивными или перmissive, и каждый из них оказывает свое воздействие на развитие ребенка.

Другим важным аспектом в психологии семьи является изучение механизмов образования семейных ролей и стереотипов, которые формируются в процессе взаимодействия между членами семьи. Они могут быть полезными для поддержания стабильности и уютной атмосферы в семье, но также могут привести к конфликтам и недовольству, если не соответствуют потребностям каждого члена семьи.

Для психологов, работающих в этой области, важно помогать семьям развивать здоровые и устойчивые взаимоотношения, а также помогать родителям улучшать свои навыки воспитания. Они также помогают детям и подросткам развивать навыки коммуникации, самооценки и решения проблем, что позволяет им успешно адаптироваться к различным ситуациям и строить здоровые отношения в будущем.

В рамках этой области исследуются такие важные аспекты, как:

### *Формирование семьи*

Этапы формирования семьи могут быть уникальными для каждой пары и требуют внимания и усилий от обоих партнеров. Важно уметь слушать друг друга, проявлять эмпатию и готовность к компромиссам, чтобы совместно пре-

одолевать возникающие трудности. Открытость и честность в общении помогают сохранить здоровые и крепкие отношения.

Формирование семьи также включает в себя адаптацию к новым обстоятельствам, таким как появление детей, изменения в карьере или изменения в здоровье. Умение поддерживать друг друга в трудные моменты и радоваться вместе в радостных моментах помогает укрепить семейные узы и повысить уровень счастья в семье.

Создание благоприятной и поддерживающей семейной обстановки требует постоянной работы над собой и над отношениями. Важно помнить, что каждый партнер уникален и имеет свои потребности, которые необходимо уважать и поддерживать. Семейный круг влияет на индивидуальное благополучие каждого члена, поэтому важно стараться создавать дружелюбную и гармоничную атмосферу внутри семьи.

#### *Детско-родительские отношения*

Родители играют важную роль в формировании самооценки и уверенности ребенка. Поддержка, поощрение и положительное отношение помогают детям чувствовать себя уверенно и любимыми, что способствует их успешному развитию. Важно также учитывать индивидуальные потребности каждого ребенка и помогать им развивать их сильные стороны.

Важными аспектами являются также участие родителей в жизни ребенка, наличие общих интересов и хобби, участие в мероприятиях вместе. Это создает дополнительные возможности для поддержки и укрепления отношений между родителями и детьми, а также способствует формированию более тесной связи и взаимопонимания.

Необходимо помнить, что каждое детско-родительское отношение уникально и требует индивидуального подхода. Важно заботиться о качестве времени, проводимого вместе, общаться, выслушивать и понимать друг друга. Чем более гармоничные и поддерживающие отношения между родителями и детьми, тем лучше будет развиваться личность и самочувствие ребенка.

### *Семейные конфликты и их разрешение*

«Семейные конфликты являются одной из самых распространенных, остро протекаемых и переживаемых форм социальных конфликтов» [3, с. 8]. Семейные конфликты могут возникать по разным причинам, таким как различия во взглядах, ценностях, ожиданиях, недопонимание, финансовые проблемы, недостаток коммуникации и др. Важно понимать, что конфликты в семье неизбежны, но способы их разрешения могут существенно повлиять на здоровье семейных отношений. Вот некоторые способы предотвращения и разрешения семейных конфликтов.

1. Коммуникация: открытая и эффективная коммуникация является ключом к разрешению конфликтов. Важно выслушивать друг друга, выражать свои чувства и потребности без осуждения, агрессии или обвинений.

2. Уважение: уважение к точке зрения друг друга помогает избежать конфликтов. Важно учитывать мнение каждого члена семьи и стремиться к поиску компромиссов.

3. Понимание: попытайтесь понять точку зрения другого человека, его чувства и мотивы. Эмпатия и понимание способствуют разрешению конфликтов.

4. Поиск решений: совместный поиск решений, которые удовлетворяют интересы всех сторон, помогает разрешить конфликт. Важно быть готовым искать альтернативные варианты решения проблемы.

5. Проявление терпимости: терпимость и готовность прощать помогают сохранить семейные отношения даже в сложных ситуациях.

6. Обратиться за помощью: при необходимости обратитесь за помощью к семейному психологу или консультанту, который поможет вам разобраться в ситуации и найти способы ее разрешения.

Изучение причин конфликтов, активное участие всех членов семьи в их разрешении и стремление к совместному решению проблем помогут создать здоровую и гармоничную обстановку в семье.

### *Влияние семьи на психологическое благополучие*

Семейная среда играет ключевую роль в формировании психологического благополучия членов семьи. Вот некоторые из основных аспектов влияния семьи на психическое здоровье, формирование личности и поведенческие паттерны.

1. Эмоциональная поддержка: семья является основным источником эмоциональной поддержки. Положительная атмосфера, поддержка и понимание в семье способствуют развитию эмоциональной стабильности и уверенности у членов семьи.

2. Образцы поведения: дети часто моделируют свое поведение по образцу родителей и других членов семьи. Поэтому важно, чтобы взрослые в семье демонстрировали здоровые способы общения, решения проблем и управления эмоциями.

3. Конфликты и их разрешение: семейные конфликты могут оказывать как положительное, так и отрицательное влияние на психическое здоровье. Важно научить членов семьи конструктивно разрешать конфликты, выражать свои чувства и находить компромиссы.

4. Поддержка в кризисных ситуациях: семейная поддержка имеет особенно важное значение во время кризисных ситуаций, таких как потеря близкого человека, развод родителей или серьезные проблемы со здоровьем.

5. Формирование ценностей и убеждений: семья является основным местом, где формируются ценности, убеждения и мировоззрение человека. Это может оказать значительное влияние на психологическое благополучие и развитие личности.

Исследования показывают, что поддерживающая, заботливая и стабильная семейная среда способствует психологическому благополучию членов семьи, формированию здоровой личности и поведенческих паттернов. Регулярное общение, поддержка, уважение и любовь в семье играют важную роль в создании здоровой психологической обстановки.

### *Семейная терапия*

Семейная терапия – это форма психотерапии, направленная на помощь семьям в решении конфликтов, улучшении взаимоотношений и развитии позитивных

динамик в семейной жизни. Семейные терапевты обычно работают с несколькими членами семьи одновременно, чтобы помочь им лучше понять друг друга, улучшить коммуникацию и научиться решать проблемы конструктивно.

Вот некоторые методы, которые могут использоваться в семейной терапии.

1. Структурная терапия: этот подход фокусируется на динамике семейных отношений и их структуре. Терапевт помогает семье пересмотреть свою динамику и найти новые способы взаимодействия.

2. Системная терапия: основная идея этого подхода заключается в том, что каждый член семьи влияет на остальных, и изменения в поведении одного члена семьи могут повлиять на всю систему.

3. Нарративная терапия: этот метод фокусируется на историях и убеждениях, которые формируются внутри семьи. Членам семьи помогают пересмотреть свои истории и создать новые, более позитивные навыки.

4. Эмоционально ориентированная терапия: этот подход помогает членам семьи выражать свои эмоции и потребности, улучшая понимание и поддержку друг друга.

5. Когнитивно-поведенческая терапия: этот метод фокусируется на изменении негативных мыслей и поведенческих шаблонов, способствуя разрешению конфликтов и улучшению взаимоотношений.

Семейная терапия может быть эффективным способом помочь семье преодолеть конфликты, улучшить взаимоотношения и создать поддерживающую обстановку для всех ее членов. Важно выбрать метод, который наилучшим образом подходит для конкретной ситуации и потребностей вашей семьи.

Изучение психологии семьи и детско-родительских отношений играет важную роль в создании здоровых и поддерживающих семейных взаимоотношений. Ведь семья «образована совокупностью отношений между отдельными членами семьи (индивидуальные), супругами (супружеские), детьми (детские), родителями и детьми (детско-родительские)» [2. с. 6]. Понимание динамики семьи, факторов, влияющих на взаимодействие между членами семьи, а также особенностей детско-родительских отношений помогает специалистам и роди-

телям эффективнее подходить к решению проблем и созданию благоприятной обстановки для развития детей.

Изучение психологии семьи также помогает выявить возможные проблемы или конфликты, которые могут возникнуть внутри семьи, и предоставляет инструменты для их разрешения. Это способствует улучшению коммуникации между членами семьи, развитию эмоциональной близости и созданию поддерживающей атмосферы, необходимой для здорового роста и развития всех членов семьи.

Таким образом, знание психологии семьи и детско-родительских отношений является важным инструментом для создания счастливых и здоровых семей, где каждый член может чувствовать себя понятым, поддержанным и любимым.

### *Список литературы*

1. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: учебное пособие. – М.: Гардарики, 2005. – 320 с.
2. Корниенко Д.С. Психология семьи. Основы перинатальной психологии и психологии родительства: учеб. пособие / Д.С. Корниенко, А.Г. Радостева, Т.М. Харламова [и др.]; Перм. гос. нац. исслед. ун-т. – Пермь, 2018. – 93 с.
3. Бобрышов С.В. Конфликты в сфере семейных отношений: социально-психологический аспект: учебное пособие / С.В. Бобрышов, В.В. Ивакина. – Ставрополь: СГПИ, 2017. – 194 с. EDN KLFMZW