

Яценко Елизавета Александровна

студентка

Научный руководитель

Лебединец Наталия Викторовна

канд. полит. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Тульский государственный
педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

ОТНОШЕНИЯ МЕЖДУ ДЕТЬМИ И РОДИТЕЛЯМИ В НЕПОЛНЫХ СЕМЬЯХ

***Аннотация:** отношения между детьми и родителями в неполной семье имеют свои особенности. Если в полной семье роли распределяются между обоими родителями, то для неполной характерны перекосы. В первую очередь, это проявляется в воспитании детей. В статье автор рассматривает особенности отношений между родителями и детьми в неполных семьях, а также проблемы, с которыми сталкиваются такие семьи. Раскрыты причины разногласий в неполных семьях, отмечены пути решения возникающих проблем.*

***Ключевые слова:** воспитание, взаимоотношения между детьми и родителями, неполная семья, один родитель, развод.*

В современном обществе семьи с одним родителем становятся всё более распространённым явлением. Неполные семьи, где один из родителей отсутствует по различным причинам – будь то развод, смерть или другие обстоятельства, сталкиваются с уникальными вызовами в отношениях между детьми и родителями. В данной статье мы рассмотрим основные аспекты этих отношений, а также проблемы, которые могут возникнуть в таких семьях.

Отношения между детьми и родителями в неполных семьях часто характеризуются рядом факторов, влияющих на динамику взаимодействия. Прежде всего, отсутствие одного из родителей может вызвать эмоциональные колебания

у детей. Дети могут испытывать чувства потери, неполноценности или одиночества, что сказывается на их поведении и восприятии окружающего мира.

Одним из важных аспектов является то, что оставшийся родитель зачастую становится не только опекуном, но и главным источником поддержки для ребенка. Это может привести к укреплению взаимосвязи, но вместе с тем и к перегрузке одного из родителей эмоциональными и физическими обязательствами. В некоторых случаях, чтобы компенсировать отсутствующего родителя, остающийся может стремиться быть «идеальным» и чрезмерно заботливым, что также не всегда полезно для ребенка.

Отношения в неполных семьях часто осложняются различными факторами, которые могут приводить к конфликтам и недопониманию. Вот несколько основных причин разногласий в таких семьях.

1. Эмоциональное состояние: отсутствие одного из родителей может вызывать у детей чувства утраты, одиночества и неполноценности. Эти эмоции могут проявляться в агрессии или уходе в себя, что затрудняет общение с оставшимся родителем.

Некоторые другие эмоциональные проблемы, которые могут возникать у детей из неполных семей:

- страх и тревога. Дети не испытывают чувства стабильности и живут в ожидании опасности;
- сдерживание эмоций. Чтобы никого не обидеть, ребёнок может сдерживать раздражение, «запасать» его впрок, нанося тем самым вред себе и окружающим;
- фобии и нарушения сна. Внутренний мир детей наполняется чувствами одиночества, утраты и эмоциональной пустоты.

Чтобы преодолеть тревожность и страх детей, родителям следует терпеливо отвечать на их вопросы, выработать у них новые привычки, чёткий распорядок дня и не наказывать за страхи.

2. Сложности в воспитании: разные подходы к воспитанию, которые могли быть заложены до развода или утраты одного из родителей, могут вызывать споры. Родитель может чувствовать давление из-за необходимости объяснять или оправдывать собственный стиль воспитания, что приводит к конфликтам.

Для решения сложностей в воспитании, связанных с разными подходами, рекомендуется:

- обратиться к специалисту. Помощь семейного психотерапевта может помочь найти общие решения, которые отвечают этапу развития ребёнка и не нарушают семейный мир;
- пересмотреть отношение к проблеме воспитания. Каждый родитель несёт в себе уникальный опыт воспитания. Важно согласовать эти способы друг с другом;
- спокойно поговорить. Нужно дать возможность каждому высказать своё мнение, не перебивая и внимательно выслушивая друг друга;
- обозначить цели. Стоит обсудить, какой подход и какие конкретные действия продвигают к общей цели, а какие – наоборот.

Также важно помнить, что оба родителя действуют в интересах ребёнка. Иногда стоит отпустить мелочи ради общей цели – чтобы ребёнок был счастлив и здоров.

3. Непонимание потребностей ребенка: оставшийся родитель может быть слишком сосредоточен на собственных эмоциях и трудностях, что затрудняет понимание потребностей ребенка. Это может вызывать чувство заброшенности у ребёнка и приводить к недовольству.

Например, если родитель в своих действиях руководствуется прежде всего значимостью этих действий для себя, а не потребностями ребёнка, это может указывать на равнодушие и нечувствительность к его нуждам.

Чтобы лучше понимать и удовлетворять потребности ребёнка, родителю важно быть открытым и готовым обсуждать с ним чувства и нужды. Когда ребёнок на что-то эмоционально отреагирует, следует назвать эмоцию, описать сложившуюся ситуацию и дать ей оценку, посочувствовать ребёнку и предложить решение.

4. Ограниченное время: чем больше родитель занят работой или решениями бытовых проблем, тем меньше времени он может уделять детям. Это может создать чувство разобщенности и привести к фрагментации отношений.

Чем меньше дети и родители проводят времени вместе, тем слабее становится связь между ними. Дети отдаляются и становятся более закрытыми, неохотно делятся сокровенным и предпочитают одиночество.

Чтобы исправить ситуацию, важно осознать значение качественного времени, проведённого с детьми, и стараться создавать баланс между работой, личной жизнью и воспитанием детей. Например, можно планировать семейные мероприятия, обсуждать важные темы с детьми и активно участвовать в их жизни.

Также психологи советуют планировать свою занятость, выделяя время на общение с ребёнком. При этом нужно ставить ребёнка в приоритет и уметь выделить ему необходимое время, даже если родитель сильно занят.

5. Влияние внешней среды: отношения с родственниками, друзьями или новыми партнерами родителя также могут влиять на динамику в семье. Например, ревность или неоправданные ожидания со стороны новых партнеров могут вызывать напряжение между родителем и ребёнком.

Для решения проблем, связанных с влиянием внешней среды на динамику в семье, можно попробовать следующее:

- обратиться за социальной поддержкой. Можно попросить о помощи у членов семьи или изучить ресурсы сообщества, например, ярмарки вакансий, субсидируемые программы после школы или программы помощи от религиозных учреждений или общественных организаций;

- запланировать время наедине. Это даст возможность каждому члену семьи отдохнуть и расслабиться, заняться успокаивающей деятельностью без вмешательства других;

- установить общие соглашения. Например, договориться не перекрикивать друг друга или делать перерыв в разговоре на несколько минут, если кто-то начинает повышать голос;

- подумать о семейной терапии. Квалифицированный специалист в области психического здоровья поможет членам семьи оставаться на верном пути при решении проблем.

6. Социальные и финансовые стрессы: неполные семьи часто сталкиваются с финансовыми трудностями, что также может стать источником конфликтов. Давление из-за экономической нестабильности может отражаться на эмоциональном состоянии всех членов семьи.

В связи с экономическими проблемами в семье возникает ощущение психологической незащищённости и отсутствие эмоциональной поддержки.

Для преодоления финансовых трудностей неполным семьям рекомендуется:

– эффективно планировать и управлять финансовыми ресурсами. Это может включать составление бюджета, контроль расходов и поиск дополнительных источников дохода;

– обращаться за помощью к социальным службам и благотворительным организациям. Они предоставляют финансовую поддержку и помощь в трудных жизненных ситуациях.

7. Недостаток поддержки: оставшийся родитель может не иметь моральной или практической поддержки со стороны друзей и семьи. Это отсутствие может создавать дополнительное напряжение и чувство изоляции, что приводит к недовольству и, как следствие, к конфликтам с детьми.

Для решения проблемы недостатка поддержки у оставшегося родителя можно попробовать следующее:

– обратиться за помощью к другим людям. Можно поговорить с другими членами семьи, друзьями или присоединиться к группам поддержки;

– расширить круг социальной поддержки. Например, обратиться за помощью к специалисту в области психического здоровья или присоединиться к онлайн- или очной группе поддержки;

– делиться чувствами с кем-то, с кем можно чувствовать себя безопасно. Это поможет лучше понимать себя, свои потребности и желания, а также улучшить качество отношений с другими людьми.

Отношения между детьми и родителями в неполных семьях уникальны и требуют особого внимания. Понимание и поддержка со стороны оставшегося родителя, а также открытое общение о чувствах и переживаниях, могут значительно

улучшить атмосферу в доме. Несмотря на трудности, такие семьи могут создать крепкие и здоровые отношения, основанные на любви и взаимопонимании.

Список литературы

1. Карабанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования: учебное пособие / О.А. Карабанова. – М.: Гардарики, 2014. – 320 с.
2. Современные проблемы психологии семьи. Вып. 1 / под ред. С.А. Векилова. – СПб.: ИПП, 2007. – 144 с.
3. Столин В.В. Психология развития ребенка и взаимоотношений родителей и детей как теоретическая основа консультационной практики / В.В. Столин, Е.Т. Соколова, А.Я. Варга // Семья в психологической консультации: Опыт и проблемы психологического консультирования. – М., 1989. – 688 с.
4. Эйдемиллер Э.Г. Психология и психотерапия семьи / Э.Г. Эйдемиллер. – СПб.: Питер, 2007. – 672 с.