**Детско-родительские отношения: структура, типы, особенности, нарушения.**

Рекомендации детского психолога.

Семья – это не только ячейка общества, но и домашний очаг, совместный быт, надежный кров и, главное, место, где всегда ждут и бескорыстно любят. Из семьи берут свое начало множество жизненных аспектов, именно поэтому она является одним из социальных институтов. Так, например, институт семьи становится фундаментом в формировании и становлении личности человека. А непосредственное влияние на это развитие оказывают детско-родительские отношения.

Детско-родительские отношения в психологии – это система межличностных взаимоотношений в семейной микросреде с выстроенной иерархией и типом общения между каждым членом семьи. Данное направление изучается психологами с давних пор. Сегодня существует определенная методика, направленная на изучение взаимоотношений родителя и ребенка. Называется она PARI (parental attitude research instrument).

Детско-родительские отношения в семье очень важны, так как напрямую влияют на развитие ребенка и его становление в обществе. Они – первый опыт общения и взаимодействия, а, значит, фундаментальный, и от него будет зависеть дальнейшая модель поведения новой личности.

Детско-родительски отношения нестабильны – они постоянно подвергаются временным изменениям: как внутри семьи по мере взросления ребенка, так и в обществе с течением времени. Огромное влияние на такие изменения оказывают личностные особенности, социальные, политические и экономические факторы, а также мировоззрение и стереотипность поколений.

Детско-родительские отношения наряду с любыми другими взаимоотношения между людьми имеют свои особенности, структуру и проблематику. Обо всём поподробнее рассмотрим в этой статье.

**Структура детско-родительских отношений**

Под структурой детско-родительских отношений в первую очередь подразумевается установление контакта между родителем и ребенком. Первый шаг делается со стороны взрослого, но немаловажным является и встречный шаг малыша. Для более продуктивного и эмоционального контакта важна вовлеченность с обеих сторон. С первых дней жизни ребенка родителям необходимо создать благоприятную обстановку, расположить малыша к себе. Это некая первая ступень в структуре детско-родительских отношений. На последующую отстраненность ребенка (по мере его взросления) могут влиять как темперамент, характер малыша, так и первичная позиция родителя. В её основе лежит сознательная и бессознательная оценка ребенка, а также эмоциональное и физическое отношение, стиль общения и способы поведения с малышом.

Следующая ступень в выстраивании грамотной структуры – создание контроля со стороны родителя. Он не должен быть обширным, затрагивающим все действия ребенка, но в то же время должен отражать верную иерархию, где во главе стоит родитель. Важно отметить, что контроль должен соответствовать возрасту ребенка, нельзя доводить его до крайностей и переходить в режим гиперопеки, нарушая психику малыша. Например, в раннем детстве контроль может касаться гигиены ребенка, питания, безопасности, здоровья и пр., чуть позже он проявляется в вопросах поведения, обучения и т.д.

Еще один важный шаг – любовь, поддержка, забота и взаимопонимание в семье. Это касается и любви родителей к ребенку, и любви между мамой и папой. Малыш должен постоянно чувствовать и ощущать эту любовь, что даст правильное восприятие семьи, эмоциональную стабильность, внутреннюю уверенность и опору в жизни. В дальнейшем это будет играть важную роль, особенно, когда, будучи взрослым, ребенок захочет создать собственную семью.

Общение внутри семьи является ключевой потребностью ребенка. Поэтому оно обязательно должно присутствовать в должной мере. Если этого общения мало или оно отсутствует вовсе, у детей ухудшается психологическое состояние, что может отражаться, в частности, и на физическом здоровье малыша. Так, согласно исследованиям, ребенок, лишенный контакта и эмоциональной близости с родителями, имеет отклонения в развитии, у него появляется нарушение питания и теряется интерес к познанию мира. Также очень важно сохранять спокойствие внутри семьи, а возникающие конфликты решать путем конструктивных диалогов. Это поможет установить и сохранить доверительные отношения между всеми членами семьи.

Отметим, что формированию детско-родительских отношений надо уделять особое внимание, чтобы впоследствии не получить целую кипу проблем во взаимоотношениях с собственным ребенком и его эмоциональном состоянии.

К структуре детско-родительских отношений также относится прохождение ребенком нескольких жизненных этапов. Важно не мешать сепарации и дальнейшей интеграции в новый цикл.

Так, первый этап – «ребенок – мать» – длится с рождения до 3 лет. В этот период важна эмоциональная близость между малышом и мамой.

Второй этап – «ребенок – отец» – длится с 3-х до 7-ми лет. На этом этапе важно, чтобы воспитанием ребенка преимущественно занимался папа.

Третий этап – «ребенок – семья и общество» – длится c 7-ми до 16 лет. В этот период важна безусловная поддержка семьи, но при этом огромное влияние на становление личности оказывает и общество. Со стороны родителей необходимо создать условия для развития автономии ребенка.

Четвертый этап, начинающийся в 16 лет и заканчивающийся уже в зрелом возрасте, называется «человек – общество». На данном этапе также необходимо оказать всяческое содействие на вступление ребенка в новый жизненный цикл и не препятствовать сепарации от семьи.

**Типы детско-родительских отношений**

Существует множество классификаций детско-родительских отношений, которые в разные годы предлагали психологи. На сегодняшний день одна из самых известных описана в работе Грэйса Крайга. Он выделяет несколько типов детско-родительских отношений:

1. Авторитарный. В данном типе отношений основной чертой выступает жёсткость родителей и тотальный контроль с их стороны. К ребенку родители достаточно холодны, контакт обычно отсутствует. Для родителей важно повиновение и четкое исполнение всех правил. Влияние детско-родительских отношений на ребенка при таком типе велико, однако негативно сказывается на психическом состоянии малыша.
2. Авторитетный. В данном типе присутствует умеренный контроль и проявляется теплое отношение к детям. Родители поощряют самостоятельность, с детьми получается найти контакт и установить диалог. При таком типе отношений в семье полностью отсутствует насилие, а все конфликтные ситуации завершаются с помощью конструктивной коммуникации.
3. Либеральный. Данный тип, как правило, характеризуется минимальным контролем и повышенным теплым отношением к ребенку. Родители максимально открыты к общению, детям предоставляется полная свобода. Родители обычно выступают друзьями.
4. Индифферентный. Данный тип проявляется абсолютным отсутствием контроля, а также безучастностью к воспитанию и безэмоциональностью родителей к ребенку. В отношениях четко прослеживается гипоопека, что негативно сказывается на развитии личности малыша.

**Особенности детско-родительских отношений**

Многолетнее исследование детско-родительских отношений открыло перед психологами и появление особенностей на разных возрастных этапах. Так, например, тип отношений между родителем и ребенком может меняться на протяжении жизни. Однако такой переход не может быть быстрым и обычно занимает долгие годы. Часто авторитарный тип сменяется авторитетным или либеральным, но происходит это, когда дети уже выросли. Меняется и уровень ценности ребенка. Иногда отсутствие контакта сменяется его появлением. И наоборот.

Основной особенностью все же выступает проблематика, которая так или иначе появляется в отношениях ребенка и родителя.

**Проблемы детско-родительских отношений**

Опираясь на тип, в детско-родительских отношениях на протяжении жизни могут возникать нарушения. В основном они заключаются в отсутствии контакта, непослушании, недоверии, скрытности или агрессии. Нарушение детско-родительских отношений обычно обуславливается типом. Например, при авторитарном и индифферентных типах оно неизбежно. Тем не менее проблемы детско-родительских отношений могут возникать и в авторитетном, и в либеральном методах воспитания. Чаще всего нарушениям подвергаются детско-родительские отношения подростков в связи со сложностями переходного возраста, гормональной перестройкой организма, психической и эмоциональной неустойчивостью, появлением юношеского нигилизма.

Чтобы избежать возможных проблем в отношениях с ребенком, родителям необходимо изначально выстроить правильную структуру детско-родительских отношений, прийти к авторитетному типу воспитания и постоянно поддерживать контакт с ребенком. Если нарушения уже проявились, можно постараться их исправить. Для этого родителям необходимо найти подход к ребенку, наладить контакт и выстроить диалог. Всё это займет достаточно много времени, поэтому родителям надо набраться терпения и мудрости. Более эффективной альтернативой может стать обращение к детскому/подростковому психологу. Грамотный специалист поможет найти контакт и построить действенную коммуникацию между мамой или папой и их ребенком.

**Коррекция детско-родительских отношений**

Опираясь на особенности детско-родительских отношений, характер и темперамент обоих сторон, а также на преобладающий тип воспитания и запущенность нарушений, можно подобрать соответствующую коррекцию. Гармонизация детско-родительских отношений достигается посредством установления контакта и конструктивной коммуникации. В каком бы возрасте не находился ребенок, гибкость должна проявиться со стороны родителей. Лишь в этом случае ребенок сделает шаг навстречу.

Коррекцию детско-родительских отношений лучше проводить при помощи специалиста – детского/подросткового психолога. Сначала необходимо пройти диагностику детско-родительских отношений, чтобы перед специалистом встала максимально развернутая картина взаимоотношений родителя и ребенка. Помимо эффективных занятий, грамотный психолог даст индивидуальные рекомендации по детско-родительским отношениям, которые будут актуальны в конкретном случае, последовательны и направлены на устранение первопричин.

**Рекомендации по детско-родительским отношениям от психолога**

Как помочь себе и ребенку?

1. Не впадайте в панику, если осознали, что контакт с ребенком потерян. Все можно исправить. Не нарушайте свой эмоциональный фон, а вместе с ним и психику ребенка.
2. Создайте комфортную, спокойную обстановку дома. В семье не должно быть повышенных тонов, чрезмерного спроса и требований. Дом = гармония, тогда туда хочется возвращаться.
3. Если в семье преобладает тотальный контроль, дайте ребенку свободу. Он – самостоятельная личность и вполне может отвечать за себя сам.
4. Если вы знаете, что не дали ребенку достаточно внимания и заботы, то самое время начать. Важно делать это не нахрапом, а постепенно, вливаясь в жизнь ребенка издалека и по доброму.
5. Покажите и докажите, что вы – друг. Самый настоящий, который протянет руку вне зависимости от обстоятельств.
6. Дарите любовь, теплоту и заботу. Пусть это будет не прямолинейно, а посредством каких-либо действий.
7. Если ребенок не готов к диалогу, не настаивайте. Дайте ему еще немного времени. Он будет говорить тогда, когда между вами возникнет доверие.
8. Понимайте и принимайте ребенка, даже если вам это не нравится. Во-первых, он такой, какой есть; во-вторых, хотя бы на пару мгновений вспомните себя молодыми; в-третьих, времена идут, и проблемы поколений тоже меняются, однако неизменно одно – они есть.
9. Не давайте указаний и не настаивайте на своем мнении. Согласитесь с мнением ребенка и постарайтесь предложить компромисс, который будет интересен обоим сторонам.
10. Помните, что самое важное – это контакт, доверие и диалог. Не потеряйте эту нужную связь с ребенком. Будет лучше, если вы будете знать о жизни своего ребенка всё, нежели не знать ничего.
11. Не пренебрегайте посещением психолога, если самостоятельно выбраться из проблем детско-родительских отношений не получается. Зачастую помощь специалиста становится реальной панацеей при нарушении детско-родительских отношений.