

Путь к согласию, или Как разрешить конфликт

Подростковый период – сложное время как для родителя, так и для самого ребёнка. Конфликты между родителями и подростками не редко отражаются на всех дальнейших взаимоотношениях. В этой статье мы разберём основные виды конфликтов и способы их решения.

Какие основные конфликты возникают в подростковом возрасте?

Между подростками и родителями

Конфликт неустойчивого родительского восприятия

Ребёнок уже не маленький, но и не взрослый. Особенности этого конфликта такие же. В чём-то ваш подросток может оставаться ребёнком: несобранным, неусидчивым, несдержанным, а в чём-то преподнести себя как взрослый, критиковать, требовать, чтобы его уважали.

И здесь родителю нужно вовремя это понять и, утихомирив своё внутреннее недовольство, приподняться над этой ситуацией, оценить положение с объективной точки зрения.

Диктатура родителей

Простыми словами: это способ контроля, когда одни члены семьи подавляются другими. Это проявляется в подавлении самостоятельности, чувства собственного достоинства, во вторжении родителей в личное пространство своего ребёнка.

В семье, где уважают личные границы каждого, появление конфликтов родителей с детьми значительно реже, их почти нет.

Да, родители могут и должны проявлять свои требования к ребёнку, но при условии, что это будет сочетаться с доверием и уважением.

Чтобы определить границы, введите правила:

- не входить друг к другу в комнату без стука или в отсутствие хозяина
- не трогать личные вещи
- не подслушивать телефонные разговоры
- оставлять за подростком право выбора друзей, одежды, музыки и т. д.

Будьте искренни. Если вы расстроены, то объясните, что вы чувствуете, но без упоминания старых проступков. Без давления и без унижения говорите подростку о положении, происходящем в данный момент.

Мирное сосуществование

Родители с гордостью, соблюдают в доме нейтралитет, думая, что такая обстановка воспитывает самостоятельность и свободу. На самом деле – ни родителей, ни семьи в целом для ребёнка нет. У каждого свои проблемы и при

возникновении каких-либо трудностей у кого-либо из родных, подросток не будет ничего испытывать. Потому что в доме нейтралитет: каждый сам за себя. То же можно сказать, когда родители разрешают делать подростку всё что ему вздумается. Отсутствие ограничений, обязанностей, нравственного долга, простейших правил общения формируют личность, не способную вовремя нажать на тормоза. Установите границы допустимого, интересуйтесь сами жизнью подростка (но не залезая в его личное пространство). Подключите его к участию в жизни семьи: создайте домашний совет, на котором обсуждались бы многие вопросы семьи.

Конфликт опеки

Дети, отстранённые от решения вопросов, касающихся семьи и их лично, становятся безынициативны и покорны. Чрезмерная опека препятствует формированию самостоятельной личности: во взрослую жизнь выходят люди, не способные справиться со своими трудностями без помощи родителей.

Иногда чрезмерно оберегаемый ребёнок превращается в «маленького диктатора». Заставляет выполнять своих родителей все свои желания. Как правило, такие случаи встречаются в семьях, где появление малыша ждали как «последнюю надежду на счастье». Но поведение подростка в семье в качестве «деспота» встречается довольно редко. Как правило – это послушный ребёнок, не доставляющий особых хлопот в детском возрасте; и только в подростковом периоде он «срывается с цепи» и «восстаёт» против взрослых. В зависимости от индивидуальных особенностей, это может выглядеть и как холодная вежливость, и как активный отпор.

Соблюдайте контроль, без которого не возможно воспитание, но сведите опеку к минимуму. Помощь родителей прекрасна, когда подросток сам решает свою проблему.

Конфликт родительской авторитетности

Родители в таких семьях, не замечая успехов детей, наказывают их неуважением за любую неудачу. Ведут с ними воспитательные беседы, не давая высказать свою точку зрения. Постоянно требуют совершенства, говоря при этом: «А вот я в твоём возрасте...». Это приводит к двум типам конфликтов:

Ребёнок таких родителей начинает чувствовать своё бессилие, при этом его охватывают обида и ярость. На грубость — грубостью, на злорадство — злорадством. Если у родителей случится несчастье, дети не будут сочувствовать, они отплатят той же монетой.

Будьте терпимее, постарайтесь восстановить доверие и уважение к своему подростку. Найдите и развивайте в нём те достоинства, которые свойственны его натуре. Вместо унижения оказывайте поддержку. Уверьте ребёнка в том, что он

никогда не лишится любви родителей, что вы гордитесь его качествами, которых недостаёт в вас. Помните, ему тоже трудно.

Другой конфликт между подростком и его родителями: когда ребёнок находится на ранней стадии развития и закладывается его доверие или недоверие к миру. Если в младенчестве была испытана боль, отчуждение, в нём остаётся недоверие. Проявляется замкнутость, необщительность, неуверенность в себе. Из-за того, что мало кто из взрослых имеет доступ к душе такого ребенка, договориться с ним бывает очень сложно.

Подобные виды конфликтов проявляются у подростка впадением из крайности в крайность. Новые интересы и круг общения, резкая смена привычек (манера разговаривать, мимика, жесты, поведение).

Дети, привыкшие доверять родителям, будут дружелюбны и общительны с другими взрослыми, с ними можно будет договориться. Если родители не оказывают лишнего давления, сохраняют дружеские отношения, конфликт, как правило, сглажен, не вызывает у подростка лишних переживаний и желания делать все наперекор.

Конфликты подростков в среде сверстников

Конкуренция, борьба за статус в группе

В переходном возрасте подростку важно не просто общаться, но и иметь свой статус в группе, который будет его удовлетворять. Быть лидером, «душой компании», первой красавицей и т.д. Чем выше подрастающий ребенок оценивает свои возможности и таланты, тем на более высокий статус он претендует. Если в группе на одну роль претендуют несколько человек, то конфликт интересов перерастает в конфликт между личностями. Далее события развиваются в зависимости от воспитания, агрессивности, обстановки в семье и темперамента участников.

По наблюдениям психологов, путь к лидерству связан с демонстрацией превосходства, и безжалостности. Особенно это проявляется в подростковой среде: ребенок гораздо больше взрослого подвержен к разжиганию конфликтов, соблазну стадности, жестокости и унижения себе подобных.

Чаще всего соперничают сильные личности. Борьба может быть за:

- Внимание особы противоположного пола
- Расположение учителей или руководителей секций
- За статус в компании

Конкуренция, как правило, оказывает положительный эффект на формирование личности. Психологи не рекомендуют родителям подростков вмешиваться в отношения между сверстниками.

Подросток сознательно противопоставляет себя сверстникам

- Подросток относит себя к какой-либо субкультуре – готы, эмо, панки, роллеры

- Значительное расхождение интересов
- Выраженная религиозность

Задача родителя пояснить, что демонстрировать свою точку зрения необходимо без враждебности и с уважением. Хорошо, если у подростка будет возможность больше общаться с единомышленниками.

Подросток становится объектом травли

Жертвами становятся тихие, спокойные подростки, которые не могут за себя постоять и дать отпор обидчику. Причины травли могут быть различные. Чаще всего травля связана с непохожестью ребенка на других:

- Принадлежность к другой расе
- Особенности внешности – рыжие волосы, лопухость
- Особенности развития – низкий или высокий рост, худоба, полнота, раннее половое созревание у девочек
- Необычные увлечения – игра на старинных музыкальных инструментах
- Семейная ситуация – неполная семья, усыновленный ребенок
- Социальное положение – дети из малообеспеченных семей
- Отставание или отличные успехи в учебе

Конфликт часто сопровождается физическим насилием и не имеет простого решения. Родителю необходимо научить подростка постоять за себя – повышать его уверенность в себе, помочь освоить навыки самообороны. Проблема исчезает, если обидчик получает достойный отпор, переключает свое внимание на другой объект или уходит из группы. На практике, беседы и наказания по отношению к агрессору, имеют обратный эффект. Если конфликтная ситуация затянулась, родителям рекомендуют перевести ребенка в другой коллектив.

Влюбленность и общение между полами

При отсутствии у родителей опыта решения таких деликатных проблем, влюбленность часто становится причиной сильных переживаний и конфликтов. Общение с противоположным полом значительно осложняют всплески половых гормонов.

- Конкуренция за внимание особы противоположного пола
- Ревность
- Безответная любовь
- Разрыв отношений
- Протест родителей против избранника

Если ваш подросток влюблен, то поддержите его. Будьте внимательным слушателем. В своих высказываниях проявляйте тактичность и уважение к его переживаниям. Предостерегите его от последствий ранних сексуальных связей: поясните, что нежелательная беременность и заболевания, передающиеся половым путем, частые последствия сексуальных контактов. Расскажите сыну

или дочке, как их избежать. Родители мальчиков-подростков должны научить их уважению к девушкам, чтобы предотвратить обвинения в попытке изнасилования.

Конфликт между подростками и учителями

Плохое выполнение домашних заданий

Подобные конфликты часто происходят с учениками, испытывающими трудности в учебе. Наблюдается увеличение конфликтов, когда учитель предъявляет завышенные требования к подростку по усвоению предмета, а отметки использует как средство наказания за нарушение дисциплины. Отстаивание своей точки зрения в ответ на доминантную позицию педагога – приводит к конфликтам. Эти ситуации часто становятся причиной ухода из школы способных, самостоятельных учеников, а у остальных снижается мотивация к учению вообще.

Другая ситуация, когда подросток считает изложение материала скучным, а учитель не является для него авторитетом. Это может произойти по причине низкой квалификации учителя или при высокой подготовке ученика. Если подросток демонстрирует свою позицию на уроке, перед другими учениками, то это так же неминуемо приведет к конфликту.

Нарушение дисциплины в школе

Ощущая свое взросление, подросток отказывается выполнять те или иные требования. Связано это с тем, что подросток претендует на статус, равный учительскому. Пререкания с преподавателем, выкрики с места, игнорирование и непослушание – формы протеста подростка против сложившейся системы.

Учителю нужно уметь правильно определить свою позицию в конфликте, так как если на его стороне выступает коллектив класса, то ему легче найти оптимальный выход из сложившейся ситуации. Если же класс начинает развлекаться вместе с нарушителем дисциплины или занимает двойственную позицию, это ведет к негативным последствиям. Конфликты могут приобрести постоянный характер.

Часто учителя «старой закалки», недолголюбивают творческих детей, воспитывающихся в атмосфере любви, доверия и свободы. Если такой подросток высказывает собственное мнение, преподаватель усматривает в этом недостатки воспитания, а когда школьник решает задачу необычным способом, его обвиняют в плохом усвоении материала.

Неуважение к учителю

Учитель, как родитель в сознании подростков. Обладающий властью, распоряжающийся наказаниями и поощрениями, авторитетный источник знаний в определенной области — должен стать товарищем и другом. По мнению учащихся, в идеальном преподавателе должны быть:

1. Способность к пониманию, эмоциональному отклику; есть сердечность, т. е. в учителе хотят видеть старшего друга.

2. Профессиональная компетентность, уровень знаний сочетаются с качеством преподавания.

3. Умение справедливо распоряжаться данной ему властью.

Все три качества не так часто сочетаются в одном лице. Поэтому возникают конфликты. Как установлено психологами, в возрасте от 13 до 18 лет такие ситуации неизбежны и нормальны. Главное, чтобы они не перерастали в «войны» и правильно оценивались.

Как родителям помочь подростку в конфликтной ситуации?

Не смотря на все явные признаки поведения, указывающие на стремление к самостоятельности, подростки очень ранимы, и достаточно тяжело переносят конфликты, будь то разногласия со сверстниками, преподавателями или родителями. Ниже вы узнаете, как родителю помочь подростку, переживающему из-за конфликтной ситуации.

Предложите выговориться и молча выслушайте

Уделите столько времени, сколько понадобится, слушайте внимательно, как взрослого собеседника. Не стоит говорить: «Это мелочи. Не принимай близко к сердцу». В этом случае у подростка сложится впечатление, что родитель его не понимает, и это зря потраченное время на разговор. Если ребенок не получит уважение и признание от вас, то это отдалит вас друг от друга.

Не используйте информацию, которую вам рассказал ребенок, против него. Не высмеивайте, не припоминайте при следующих конфликтах, не пересказывайте другим людям. В противном случае подросток закроет для вас свои секреты

Не навязывайте свою помощь

Подросток не примет непрошенных советов. Вряд ли он сделает так, как сказал родитель, даже если будет предложен идеальный вариант. Просто заверьте, что вы в любом случае будете рядом.

Предоставляйте право выбора

Ребенок должен чувствовать, что вы с ним советуетесь и он вправе решать. При этом предлагайте такие варианты, которые приемлемы для всех сторон. Дайте понять, что взаимные уступки помогут найти решение, которое удовлетворит обе стороны конфликта.

Научите не сравнивать себя с другими

В окружении подростка всегда есть кто-то, превосходящий его по каким-то параметрам. Это не должно загонять его в депрессию. Задача родителя объяснить, что каждый человек уникален. Спросите, что ваш ребенок хочет в себе улучшить. Вместе составьте план, как этого достичь: тренировки, репетиторы, регулярные занятия. Запишите план действий и предложите подростку самостоятельно

добиться поставленной цели. Регулярно интересуйтесь, как продвигаются дела. Вселяйте подростку веру в собственные силы. Хвалите за успехи, подмечайте достоинства, убеждайте, что он лучший, что бы ни случилось. Не требуйте от него быть идеальным. Научите его, что не страшно ошибаться, что на ошибках учатся.

Будьте приветливы и уважительны к его друзьям

Интересуйтесь об общих интересах, особенностях характера. Поощряйте общение по телефону и в соц.сетях. Позволяйте приводить друзей в гости и не мешайте общению.

Расширьте круг интересов

Поощряйте своего подростка посещать кружки и секции. Занимаясь спортом или искусством подрастающий ребенок может самовыражаться. У него появляется еще одна сфера, где он может достичь успеха, а значит укрепить самооценку. Кроме того, это возможность общаться. Важно, чтобы подросток занимался тем, что ему действительно нравится.

Мотивируйте хорошее поведение

Хвалите, благодарите, делайте небольшие презенты, чтобы ребенок видел ваше хорошее отношение к нему. Особое внимание обращайтесь, когда подросток добровольно выполнил обязанности, которые вы ему не делегировали. Это проявление ответственности и хороших отношений между вами.

Обнимайте

Перед тем как обнять, спросите разрешения. Не сюсюкайте и не иронизируйте во время объятий.

В том случае, если все принятые меры не помогли избавить подростка от стресса связанного с конфликтом, то необходимо обратиться за профессиональной психологической помощью.

Наберитесь терпения. Помните, что подростковый период – явление временное. Скоро ваш ребенок вновь начнет проявлять к вам любовь и уважение. Помогите ему пережить этот сложный этап, будьте рядом и готовыми помочь.