

Подростковые конфликты. Причины. Способы их преодоления.

Подростковый возраст охватывает период от 10-11 лет до 13-14 лет и является одним из самых сложных и ответственных в жизни ребенка и его родителей. Этот возраст считается кризисным, поскольку происходят резкие качественные изменения, затрагивающие все стороны развития и жизни. Кризис подросткового возраста связан с изменением положения ребенка в обществе (переход из детства к осознанной взрослости) и ведущей деятельности (учебная деятельность меняется на интимно личностное общение)

Подростковый возраст трудное время и для детей и для родителей. Не известно еще кому труднее. Родители не знают как вести себя с повзрослевшими детьми, вчерашние дети пытаются самоутвердиться любыми способами, а привычные методы взаимодействия перестают действовать. Не зря подростковый период считается самым конфликтным.

В подростковом возрасте происходит переоценка ценностей, создание себя как личности, формируются собственные взгляды на жизнь. Подросток отстаивает признание права самому принимать решения.

Внутриличностный конфликт.

Подростку, который переживает один из сложных кризисных периодов, свойственен в этот период внутриличностный конфликт. К этому виду конфликтов приводят споры самим с собой, самопознание, самоутверждение и самореализация. Внутриличностный конфликт может возникнуть при низкой удовлетворенностью жизнью, друзьями, отношениями со сверстниками, жизнью, из-за стрессов, низкой уверенностью в себе и близких людях.

Межличностный конфликт.

Кроме внутриличностного конфликта ребенок сталкивается с различными ситуациями и проблемами, которые приводят его к другим видам конфликтов. **Межличностный** конфликт возникает при общении людей с различными взглядами, целями и характерами которым сложно найти друг с другом общий язык. Конфликт между личностью и группой возникает, если личность занимает позицию, отличающуюся от позиции группы. Вот например: Весь класс планирует не посетить урок, а один подросток остается в классе- его отношения с классом будут конфликтными, так как он идет против мнения группы.

Внутренний конфликт.

Как правило, внутренний конфликт проявляется у подростка впадением из крайности в крайность. То он рассуждает и ведет себя как совершенно взрослый с багажом опыта, то, вдруг, без очевидной причины превращается в инфантильного, капризного ребенка. То он готов принимать решения и ответственность по очень серьезным вопросам (и требует, чтобы ему позволили это делать), то оказывается абсолютно безответственным в давно обговоренных вещах (постирать свои носки и вынести мусор). Вдруг начинают меняться привычки, поведение становится абсолютно другим, манера разговаривать,

мимика, жесты, поведение – все меняется. Появляются новые интересы, причем все сразу и одновременно.

Конфликт с родителями.

Отношения с родителями несут в себе еще один конфликт. Когда ребенок находится на ранней стадии развития, он переживает самый первый свой конфликт, в котором закладывается доверие или недоверие к миру. Ребенок, привыкши доверять родителям, дружелюбен и общителен с другими взрослыми, с ним можно договориться. Если родитель не оказывает на него лишнего давления, сохраняют дружеские отношения, конфликт как правило сглажен, не причиняет подростку лишних переживаний, не вызывает желаний делать все наперекор.

Конфликты с преподавателями.

Здесь всегда неравные силы — учитель обладает властью, опытом и знаниями, а подросток находится в подчинённом положении и только формирует своё мнение. Такие конфликты могут возникнуть по разным причинам: иногда играет роль человеческий фактор, и преподаватель просто не находит общий язык с ребёнком. Иногда преподаватель необъективен: выдвигает размытые или нереалистичные требования, «валит» и придирается.

Решение конфликта подростка и взрослого в школе ложится на плечи педагога — он должен разъяснить ребёнку причины и последствия. Если этого не происходит, а подросток не может смириться и чувствует себя плохо, родителю необходимо поговорить с учителем, уточнить все нюансы, а потом объяснить ситуацию ребёнку.

Как родителям помочь подростку в 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

Подросший ребенок 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.

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.

Если помочь подростку справиться с конфликтами и поддерживать дома здоровую, дружелюбную и принимающую атмосферу – это уже большая часть гарантии того, что он сможет справиться с более серьезными конфликтами, которые ожидают его в будущем.