

**Основные причины конфликтов между подростками, между подростком и учителем, между подростком и родителями. Основные правила поведения в конфликтной ситуации для подростков и родителей. Пути разрешения конфликтных ситуаций.**

**Подростковый возраст** – период с 10-ти до 17 лет, который связан с взрослением, половым созреванием и переходом из детства во взрослую жизнь. Изменения в организме и психике, смена приоритетов и жизненных ценностей вызывают трудности и у самого подростка, и у его родителей.

**Кризис подросткового возраста** – сложности и конфликты, возникающие в процессе становления личности подростка и борьбы за независимость. Кризис возникает, когда ребенка ущемляют в семье или коллективе, и ему приходится отвоевывать свою самостоятельность, бороться за статус в группе.

**Причинами конфликтов между подростками и учителями становятся:**

**Отсутствие уважения к учителю.** 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 неминуемо приведет к конфликту.

**Нарушение дисциплины в школе.** Подросток ведет себя неподобающим образом на уроке или на перемене, это может быть попыткой укрепить свой статус среди сверстников противостоянием с учителем. Портит школьное имущество, пропускает уроки, ведет себя агрессивно по отношению к другим ученикам – это может быть выражением внутренних конфликтов.

**Плохое выполнение домашних заданий,** отказ от работы на уроке.

**Попытка учителя устранить конфликт между учениками,** когда преподаватель принимает позицию одной из сторон.

**Несправедливое отношение учителя.** Необъективное оценивание знаний и грубость со стороны учителя оскорбляют подростка.

**Неподобающий внешний вид ученика.** Игнорирование требований, предъявляемых к внешнему виду, школьной форме, яркий макияж – это способы самовыражения, которые считаются неприемлемыми в большинстве школ.

На практике конфликты в школе случаются как по вине подростков, так и учителей. В большинстве случаев подростки и преподаватели называют разные причины конфликта и каждый уверен в своей правоте. Например, учитель возмущен, что ученик срывает урок, а подросток считает, что тот плохо и неинтересно объяснял и проявил грубость.

«Идеальный» учитель должен уметь подать материал и держать дисциплину в классе, быть объективным и уметь гасить конфликты на стадии их зарождения. Однако на практике этого удается не многим.

### **Основные причины конфликтов между подростками и родителями**

**Борьба за свободу.** Подросток ощущает себя взрослым, видит происходящие с его телом изменения, перенимает модели поведения старших знакомых. Он считает, что взросление дает ему право делать то, что ранее родители запрещали.

Конструктивное решение этого конфликта – предоставить подростку ту свободу и те права, к которым он готов: отпускать, если он приходит во время, позволять приводить друзей в отсутствие родителей, если после их ухода в квартире порядок. Важно спокойно и твердо объяснить ребенку, что он может лишиться этого права, если нарушит договоренность.

**Непослушание, грубость и хамство по отношению к родителям.** Подростки сознательно пытаются обесценить авторитет родителей, проявляя непослушание. Грубость может иметь несколько объяснений. Первое, подросток понимает, что пришло время отделиться, и ему эмоционально легче держать дистанцию с человеком, с которым у него натянутые отношения. Второе, родители придерживаются строгого стиля

воспитания, предоставляют ребенку мало свободы, унижают его, не веря в его силы и таланты. В этом случае агрессия – это естественная попытка защитить свою самооценку, которая в этом возрасте очень уязвима и важна для него. Поясните ребенку, что грубость и хамство по отношению к вам недопустимы. С родителями можно договориться, если проявлять уважение.

**Вседозволенность, недостаток внимания со стороны родителей.** Подростку важно знать, что он любим и при необходимости ему обеспечена всесторонняя поддержка со стороны родителей. Также для психологического комфорта ему важно знать, где проходит граница между «можно» и «нельзя». Безнаказанность приводит к тому, что непослушание и нарушение норм становится привычным поведением.

**Требование приобрести что-либо.** Вещи «как у других» позволяют подростку влиться в группу и стать своим. В подростковой среде одежда и гаджеты являются признаком статуса или принадлежности к субкультуре. Для многих подростков их наличие определяет принадлежность к касте. Родителям бесполезно переубеждать детей, что внешние атрибуты не играют большой роли. Понимание этого приходит с опытом. Скажите ребенку, что вы понимаете его желания, но пока нет возможности их осуществить. В качестве компромиссного варианта вы можете предложить начать откладывать определенную сумму на покупку.

**Общение с «проблемными» друзьями.** Значимые и авторитетные для подростка люди далеко не всегда заслуживают одобрения родителей. Вы можете рассказать сыну или дочери о своем отношении к этому человеку, если у вас есть весомые доказательства. Это не означает, что ребенок прислушается к вашим словам, но он будет знать о недостатках своего кумира. Альтернативный вариант – попытаться изменить круг общения лагеря, спортивные секции, студии, мастер-классы. Создавайте условия, чтобы у подростка появлялись новые знакомые. Чем больше у него будет опыта общения, тем быстрее он научится разбираться в людях.

**Снижение успеваемости.** Средняя и старшая школа тяжелый период, не каждому под силу усвоить программу на «отлично». Также необходимо учитывать возрастные особенности (гормональные всплески, ухудшение кровообращения головного мозга, невротическое поведение). Подростки обоих полов страдают от снижения внимания, креативности и ухудшения памяти. У мальчиков-подростков отношения с учителями усугубляются непослушанием, граничащим с вызовом. Улучшить успеваемость можно мотивируя ребенка поступлением в выбранный им ВУЗ. Если мотивации недостаточно, то могут помочь занятия с репетитором.

**Неаккуратность и отказ выполнять работу по дому.** Внимание подростков сосредоточено на общении с ровесниками и всестороннем оценивании себя. Поддержание порядка их мало интересует, это распространенная проблема. Решить ее можно договорившись с подростком и регулярно напоминая ему о порядке. Со временем поддержание чистоты превратится в привычку.

**Кардинальная смена внешнего вида.** Смена имиджа далеко не всегда одобряется родителями. Для подростков пирсинг, смена прически и стиля одежды – это способ самовыражения, самоутверждения, попытка произвести впечатление на окружающих и понравиться самому себе. Относитесь к стремлению ребенка с пониманием, не будьте категоричны.

### **Правила поведения в конфликтной ситуации для подростков и родителей**

#### **ПРАВИЛО 1. Не переходите на личность.**

Мы часто в конфликтах оцениваем личность человека, а не его конкретные действия. Подростки особенно к этому чувствительны. Как только мы задеваем личность человека, так сразу же срабатывают механизмы психологической защиты. А подростки, в силу психологических особенностей возраста, особенно к этому чувствительны. Конфликт от этого может только разрастись.

Поэтому, если вы хотите перевести конфликт в рациональное русло, сгладить его и успешно разрешить, то исключите оценочные слова, задевающие личность подростка. Оценивать следует только поступки или их результаты. Причем не обращаться к прошлому, а зафиксировать ситуацию в настоящем времени и перейти к решению вопроса в будущем.

**Примеры:**

«Ты слишком болтлив». Оценка личности.

«Ты говорил в гостях больше остальных». Оценка действия.

«Тебя же просили позвонить. Ты такой невнимательный». Оценка личности.

«Ты забыл, что тебя просили позвонить». Оценка действия.

«Ты такой неаккуратный, опять порвал джинсы». Оценка личности, да еще с использованием слова «опять» - намек на прошлые грехи.

«Плохо, что джинсы порваны». Оценка результата.

**ПРАВИЛО 2. Конкретность.** Необходимо избегать обобщений, полностью исключить слова: ты всегда..., ты постоянно..., ты все время..., ты каждый раз... и т.п. Они являются конфликтогенами, т.е. словами, провоцирующими конфликт.

И пусть подросток действительно часто делает что-то такое, что вас не устраивает, раздражает, печалит. Все равно забудьте слова-конфликтогены.

Всегда обсуждайте с подростком только то, что произошло «здесь и сейчас»: сделано или не сделано, сказано или не сказано, произошло или не произошло. Не надо вспоминать прошлое или прогнозировать далекое будущее, этим вы только подольете масло в пламя конфликта. Говорите только о том, что произошло сейчас.

**ПРАВИЛО 3. Понятность.** Вроде бы очевидная вещь, что говорить с подростком надо на понятном ему языке. Но взрослые часто это правило не соблюдают, используя слова и выражения, которые могут быть непонятны или иметь неоднозначный смысл.

#### **ПРАВИЛО 4. Передавайте свои чувства и эмоции, используя «Я-высказывание».**

О технике «Я-высказывания» («Я-сообщения») информации много. Поэтому, очень коротко. Вы говорите только о своем отношении, чувствах, эмоциях по отношению к конкретной ситуации. Местоимения «твой», «твое» и т.п. используется ТОЛЬКО для описания КОНКРЕТНОГО поступка.

#### **Примеры:**

Правильно:

Я беспокоюсь, когда ты не предупреждаешь, что задерживаешься.

Мне неприятно видеть в комнате беспорядок.

Я огорчаюсь, когда вижу такое поведение.

Неправильно:

Где ты был? Почему не предупредил, что задерживаешься?

Ты всегда не убираешь за собой.

Ты безобразно себя ведешь!

#### **ПРАВИЛО 5. Старайтесь услышать и понять.**

Постараться понять интересы и чувства другого, услышать, что до вас хотят донести. Понять — не значит принять или оправдать, но, прежде чем сформировать или высказать свое мнение, надо разобраться в том, что подросток чувствует, переживает или подразумевает.

**Правило 6.** Никогда не пытайтесь решить конфликтную ситуацию на негативных эмоциях. Если ваш ребенок-подросток почувствует, что вы на него «наезжаете», то это может спровоцировать его уход в защиту - от агрессии до полного игнорирования ваших слов.

#### **Пути разрешения конфликтных ситуаций**

1) **Уклонение** — это реакция на конфликт, выражающаяся в игнорировании и фактическом отрицании конфликта. Предлогом здесь могут быть ссылки на недостаток времени, полномочий, ресурсов, незначительность проблемы или неверно выбранного адресата. Девиз такого поведения: «Не стоит делать из мухи слона». Цель обвиняемой стороны —

отложить решение конфликта (как-нибудь само собой утрясется), дать противнику возможность обдумать свои претензии.

2) **Сглаживание** — это удовлетворение интересов другой стороны через «приспособление», чаще всего оно предполагает незначительное удовлетворение собственных интересов. Действуют здесь по принципу: «Чтобы ты выиграл, я должен проиграть». Причиной такого поведения может быть стремление сделать «жест доброй воли», завоевать расположение партнера на будущее, желание избежать разрастания конфликта, понимание того, что правота на стороне «противника». Такого рода согласие может быть частичным и внешним.

3) **Компромисс** — это открытое обсуждение мнений и позиций, направленное на поиск решения, наиболее удобного и приемлемого для обеих сторон. Преимущество такого исхода — взаимная уравновешенность прав и обязанностей и легализация претензий. Компромисс действительно снимает напряженность, помогает найти оптимальное решение. Партнеры, идущие на компромисс, исходят из того, что совместный выигрыш выгоден, что компромисс в одном может дать выигрыш в другом, что плохое решение лучше, чем отсутствие решения.

4) **Конкуренция** может привести к доминированию одного партнера над другим и в конечном итоге к уничтожению последнего: «Чтобы я победил, ты должен проиграть». Это неблагоприятный и малопродуктивный исход конфликта, хотя следует признать, что конкуренция может стимулировать способности и талант. Конкуренция чаще всего возникает при переоценке себя и недооценке противника. Она может быть вызвана потребностью защитить свои интересы, жизнь, семью, а также желанием всегда брать верх, пренебрежительным отношением к другим.

5) **Сотрудничество** — это форма разрешения конфликта, при которой удовлетворение интересов обеих сторон более важно, чем решение вопроса. Сотрудничество подразумевает, что интересы одной стороны не будут удовлетворены, если не будут удовлетворены интересы и другой, по крайней

мере, частично. Ни одна из сторон не стремится добиться цели за счет другой.