**Конфликты с детьми: советы психолога, как их разрешать**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Подростковый возраст наиболее противоречивый и конфликтный. Порой родители оказываются в растерянности: наказания уже не действуют, а других способов разрешения конфликта "отцы и дети" не знают". Конфликт взрослых и детей, описанный еще Тургеневым в известном романе, связан с юношеским максимализмом и критическим отношением к собственным родителям, с выпячиванием и застреванием на их недостатках. С другой стороны многим родителям сложно понимать своего взрослеющего ребенка, они продолжаю разговаривать с ним «находясь на  девятом этаже,  будучи не в состоянии спуститься на первый», к своему опыту переживаний подросткового возраста. Как ни странно, но подростки более объективно оценивают своих родителей, чем те - своих детей. В тоже время потребность у подростков в интимном общении с родителями велика, но в силу неверия подростков в понимание родителей часто остается неудовлетворенной.**Пошаговая система поведения в конфликте****(подсказка для родителей).**1. Коротко, в одном предложении, ясно и спокойным тоном сформулируйте то, что Вы хотите сказать ребенку. Обсуждайте ситуацию не унижая достоинства ребенка.Сегодня звонили из школы и мне сказали, что ты не был там уже неделю.Мне сообщили знакомые, что видели вчера тебя в дурной компании и ты был пьян.2. Скажите ребенку, что Вы чувствуете по поводу этой ситуации, используя  "Я - высказывание", говорите о том, что Вы чувствуете:"**Я обеспокоена**, когда слышу это""**Я огорчена** этим""**Я так волнуюсь** за тебя"3. Укажите на те возможные последствия, которые Вы видите."**Я боюсь**, что ты не сможешь закончить школу и не сумеешь обеспечивать себя в жизни. Возможно, твоя жизнь сложится так же, как у нашего соседа, который живет один, нигде не работает и вечно голодает"."**Я боюсь**, что в этой компании ты попадешь в неприятную историю, так же, как Коля из соседнего подъезда, который вернулся из тюрьмы инвалидом и теперь не может даже создать семью"."**Я беспокоюсь** за тебя каждый вечер, когда ты поздно приходишь. **Я боюсь**, что если ты продолжишь шататься по улицам в этой компании, тебя когда-нибудь изнасилуют, так же, как это случилось со Светой".4. Признайте Ваши затруднения в решении проблем Вашего ребенка, переложите ответственность за его поступки на самого ребенка:"Я хочу, чтобы ты хорошо закончил школу, но я знаю, что не могу  все время контролировать тебя - ты сам отвечаешь за это и за свою последующую жизнь"."Я хотела бы видеть тебя к 22.00,  но я знаю, что не могу тебя заставить выполнить это. Ты сама принимаешь решения и только ты отвечаешь за них".5. Предложите своему ребенку помощь, если он показывает Вам, что нуждается в ней и готов ее получить.6. Обязательно скажите Вашему ребенку, что Вы верите в него и в то, что он примет верные решения, касающиеся его жизни. **Школа: прогулы, конфликты с учителями, плохая учеба.**"Кем ты хочешь быть? Как ты хотел бы жить?""Я хочу жить хорошо!""Сможешь ли ты заработать на хорошую жизнь?""Не знаю""Что бы жить хорошо, нужно иметь приличное образование, а чтобы его получить надо хотя бы закончит школу"Не уважает интересы других членов семьи, не возвращается домой в оговоренное время и никак не сообщает об этом. 1. Подумаешь, с ребятами загуляли2.Я боялась, что ты попал в неприятную ситуацию, как Коля из соседнего подъезда, когда его избили, отняли часы и шапку.Со мной никогда такого не случиться.3.Я не в силах тебя контролировать, но я верю, что ты выберешь правильное решенье и наша семья будет чувствовать себя спокойно.Я постараюсь не огорчать Вас.**Особенности воспитания.**Характер ребенка, его отношение к окружающему миру формируются еще в утробе матери. Если его ждут, каждый день, каждый час, общаются с ним - окружающий мир при рождении полон радости и покоя.«Ненужный» ребенок уже в утробе матери ощущает холод, угрозу, враждебность и рождается в страхе перед миром. Мать не дает тепла, ласки, защищенности. «Вирус холода» прочно внедряется в психику ребенка уже в утробе матери. Не найдя любви в семье, он будет искать ее на улице, усвоит закон стаи - слушаться сильного и никогда не идти против толпы. Большинство ребят попробовали наркотик именно, чтобы быть как все, за компанию. Кроме того, ощущение кайфа - наконец-то найденная иллюзия любви. Так формируется первичное стремление получить наслаждение искусственным путем..Второй тип из группы риска - чрезмерно опекаемый ребенок. Это - кумир семьи, которому все позволено и основной мотив его жизни - получение удовольствия. Причем удовольствия не от общения, не от достижения цели, а от радостей простых, проверенных и наиболее доступных - телесных. В ребенке культивируется чувство исключительности, его освобождают от всех тягот жизни и ответственности за совершаемые поступки. Ребенок «из теплицы» вдруг оказывается в совершенно другом мире. Если раньше его постоянно пытались оградить от всех опасностей, культивировали осторожность и по каждому поводу навязывали свое мнение, то, немного отдалившись от семьи, он оказывается в полной растерянности - каждый стресс вызывает боль, каждый самостоятельный шаг дается с трудом. Первый же конфликт толкает таких пациентов к поиску выхода - боль нужно снять. Если от боли головной и зубной помогает анальгин, то от душевной - шприц с дозой. Мир становится гораздо лучше. «Жизнь налаживается...»И так именно в семьях с нарушенным воспитанием растут дети с заниженной самооценкой, отсутствием внутренних границ и запретов. Нарушенное воспитание наиболее часто проявляется гипер - или гипоопекой.1.                       Гиперопека. Воспитание включает чрезмерное внимание и контроль со стороны взрослых, навязывание своего мнения по любому вопросу, диктование каждого шага, ограждение от опасностей, культивирование осторожности. 2.                        «Кумир семьи» (высокая степень гиперопеки). В воспитании преобладает постоянное восхваление ребенка и восхищение им, культивирование в нем чувства исключительности, освобождение его от всех тягот, выполнение любой его прихоти, снятие ответственности за свои поступки.3.                       Гипоопека. Проявляется недостаточным внимание к ребенку со стороны родителей, игнорированием его интересов, отсутствием заботы о его развитии. В крайнем выражении представлено воспитанием по следующему типу.4.                        «Золушка». Воспитание включает лишение ребенка ласки и внимания со стороны старших. Постоянное третирование ребенка, унижение, противопоставление другим детям, лишение удовольствий.5.                       «Ежовые рукавицы». Воспитание включает в себя систематическое избиение ребенка, диктаторское отношение к нему, отсутствие тепла, сочувствия и поощрения. Общими чертами для подростков с высоким риском обращения к алкоголю и наркотикам являются:- сниженная переносимость трудностей повседневной жизни;-      стремление к новизне-      -повышенная тревожность.-      склонность к риску и необдуманным поступкам-      желание получать удовольствия любой ценойПрисмотритесь к себе, к своим детям. Попытайтесь понять, не грозит ли вам эта беда.**Если вы хотите, чтобы Ваш ребенок стал алкоголиком или наркоманом.**1. Не общайтесь с ребенком, почаще говор ите ему "отстань, мне некогда, я занята...", чтобы он поскорее побежал на улицу. И пусть друзья его научат пить, курить и воровать.2. В воспитании применяйте крайности - обязательно наказывайте, даже если Ваш ребенок ничего не натворил, для профилактики. Непременно используйте ремень. Или опекайте его с самого рожденья. Плачьте, рыдайте, если он невзначай упал, чтобы он никогда не научился падать и терпеть боль. Обязательно лишите его друзей - не дай бог плохому научат. Испугайте своего ребенка до смерти улицей и окружающей жизнью.3.Постарайтесь, чтобы он не научился быть самостоятельным, решайте за него все проблемы,  на улицу выходите только вместе, всей семьей - без Вашего контроля ни одного шага, даже если ему 25 лет4.Почаще говорите, что он такой же плохой, как его отец. Обзывайте его "неряхой", "неумехой" и "дураком".5.Постояноо ссорьтесь и скандальте, чтобы Ваши дети это видели поскорее бежали от Вас на улицу.6.Обязательно приучите пораньше к спиртному, объясняя, как спиртное хорошо снимает стресс и усталость, поэтому папа его и пьет, как пьют все настоящие мужчины. Относитесь к спиртному с уважением и трепетом. Если Ваша жена купила обновку, скажите "На эти деньги можно было 20 бутылок водки купить!"**Если Вы хотите, чтобы Ваш ребенок был здоровым и счастливым.**1.       Любите своего ребенка! Общайтесь с ним и постоянно показывайте своими словами и жестами, что Вы его слышите, понимаете и поддерживаете. Поддерживая Ваш разговор "говорите ему "Да", "Ага", "А что потом?", "Как я тебя понимаю!", "Вот это да!". Учитесь видеть чувства ребенка по выражению его лица и жестикуляции, даже когда он скрывает их.2.       Научите ребенка, выражать свои чувства, чтобы он не боялся их, ко гда он станет большим и понимал чувства других людей.3.       Дайте Вашему ребенку реальную ответственность за какую-нибудь домашнюю работу. Ребенок, который имеет постоянное поручение по дому, ощущает себя важной частью семьи и испытывает чувство удовлетворения, выполняя свои обязанности.4.       Одобряйте и хвалите ребенка, даже за небольшие  успехи. Его упорство и успехи сделать что-то самостоятельно важнее результатов.5.       Если Вы рассержены на Вашего ребенка, оценивайте его поступок, а не его личность."Тебе не удается математика? Это не страшно, надо только немного поработать и все получиться!"6.Учите его говорить "нет". Объясните ребенку, что существуют предложения, на которые можно и нужно отвечать твердым отказом. Многие родители учат своих детей быть всегда вежливыми, почтительными и покладистыми. Однако это не позволяет ребенку быть самим собой и развивать свою индивидуальность. Такие дети нуждаются в родительском разрешении, чтобы сказать "нет", когда на них оказывают давление. Объясните Вашему ребенку, что в определенных ситуациях каждый имеет право высказать свое собственное мнение. "В окружающей нас жизни есть и хорошее и плохое.  Иногда надо уметь сказать "нет".  Например, когда тебя заставляют делать то, что тебе не нравиться" Поделитесь своим опытом решения подобных ситуаций.Учите его отвечать за свои поступки

|  |  |
| --- | --- |
| **Правильно** | **Неправильно** |
| Мой ребенок сам отвечает за то, что делает. | Только я отвечаю за то, что делает мой ребенок. |
| Он может принимать самостоятельные решения. | Он пока не может принимать серьезные решения. |
| Я могу доверить ему заботу о самом себе. | Он пока не может заботиться о себе. |
| **И тогда:** |
| Я сам отвечаю за свои поступки.  | Папа (мама) и другие отвечают за мои поступки, я не отвечаю ни за что. |
| Я могу и буду принимать правильные решения. | Я не могу и не хочу принимать решения. |
| Мои родители любят и понимают меня. Они доверяют мне и моим поступкам. | Мои родители не понимают меня. Они не доверяют мне и моим поступкам. |
| Я могу сам строить свою жизнь и смогу добиться чего хочу. | Я ничего не умею. Я не могу заботиться о себе. |
| Я уверен в себе и мне нравится моя жизнь. | Жизнь плоха и я плохой. |

 |