



## **Конфликты с детьми:** **советы психолога, как их разрешать** (для родителей)

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 продолжают 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.

#### Примеры ситуаций

Школа: прогулы, конфликты с учителями, плохая учеба.

Вы: "Кем ты хочешь быть? Как ты хотел бы жить?"

Он: "Я хочу жить хорошо!"

Вы: "Сможешь ли ты заработать на хорошую жизнь?"

Он: "Не знаю"

Вы: "Что бы жить хорошо, нужно иметь приличное образование, а чтобы его получить надо хотя бы закончить школу"

Не уважает интересы других членов семьи, не возвращается домой в оговоренное время и никак не сообщает об этом.

Он: «Подумаешь, с ребятами загуляли»

Вы: «Я боялась, что ты попал в неприятную ситуацию, как Коля из соседнего подъезда, когда его избили, отняли часы и шапку».

Он: «Со мной никогда такого не случиться.»

Вы: «Я не в силах тебя контролировать, но я верю, что ты выберешь правильное решение, и наша семья будет чувствовать себя спокойно.»

Он: «Я постараюсь не огорчать Вас.»

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 вниманием 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.