

КОНФЛИКТЫ ПОДРОСТКОВ: ПРИЧИНЫ И СПОСОБЫ РАЗРЕШЕНИЯ.



Подростковый возраст — трудное время и для детей, и для родителей. И не известно еще, кому труднее. Родители не знают, как себя вести с повзрослевшими чадами: запрещать или разрешать, а вчерашние дети пытаются самоутвердиться любыми способами.

Этот период не зря считается самым конфликтным.■



В подростковый период происходит переоценка ценностей, осознание себя как личности, формируются собственные взгляды на жизнь.

Повзрослевший ребенок борется за свою свободу с отчаяньем юношеского максимализма: скандалами, сигаретами, алкоголем, уходом из дома. На самом деле ему нужна не столько сама свобода, сколько признание права самому принимать решения. Поэтому главный совет родителям подростков — уважайте в своих детях взрослых людей и конфликтов в вашей семье будет намного меньше



Внутриличностный конфликт!

Подростку, переживающему один из самых сложных и острых возрастных кризисов, в большей мере свойственен внутриличностный конфликт, к которому приводят споры с самим собой, самопознание, самоутверждение и самореализация. Внутриличностный конфликт может возникнуть при низкой удовлетворенности жизнью, друзьями, учебой, отношениями со сверстниками, малой уверенностью в себе и близких людях, из-за стрессов.



Межличностный конфликт!

Кроме внутриличностного конфликта, подросток сталкивается с различными ситуациями и проблемами, которые приводят его к другим конфликтам:

- межличностный конфликт возникает при общении людей с различными взглядами, целями и характерами, которым сложно ладить друг с другом;
- конфликт между личностью и группой возникает, если личность занимает позицию, отличающуюся от позиций группы, например, весь класс срывает урок, а один подросток остается в классе — его отношения с классом будут конфликтными, так как он идет против мнения группы;



Внутренний конфликт!

Внутренний конфликт проявляется у подростка впадением из крайности в крайность. То он рассуждает и ведет себя как совершенно взрослый, умудренный опытом человек, то, вдруг, безо всякой видимой 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).



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 его доверие или недоверие к миру. Ребенок, привыкший доверять родителям, дружелюбен и общителен с другими взрослыми, с ним можно договориться. И если родители не оказывают на него лишнего давления, сохраняют дружеские отношения, конфликт, как правило, сглажен, не причиняет подростку лишних переживаний, не вызывает желание делать все



Результатом конфликта может быть стресс, последствия которого могут обернуться для подростка очень критично, вплоть до депрессии и других серьезных расстройств. Если конфликт привел подростка в состояние стресса, чтобы избежать негативных последствий рекомендуется соблюдать следующую линию поведения:

не следует предъявлять подростку много претензий и возлагать на него свои ожидания;

- терпеливо и внимательно выслушать подростка: если он способен рассказывать о своих проблемах, значит, не все еще потеряно и он сможет с ними бороться;

- предотвращайте самонаказание, не поощряйте его склонность к самообвинению;

- не позволяйте ему стать затворником, старайтесь находить ему занятия вне дома;

- будьте доступны и всегда готовы найти время для общения с подростком;

- обращайтесь внимание на положительные качества подростка, старайтесь их закрепить;

- стимулируйте занятия физическими упражнениями и поощряйте любое увлечение спортом;

- если подросток избегает вас и других людей, если выхода из ситуации не находится, обратитесь за профессиональной психологической помощью.

Если помочь подростку справиться с его внутриличностными конфликтами и поддерживать дома здоровую, дружелюбную и принимающую атмосферу, впоследствии это поможет ему справиться с более серьезными конфликтами, которые ожидают его в будущем.





Самое важное для подростка в этой ситуации — возможность поговорить с родителями, быть выслушанным ими!!!



Спасибо за внимание!!!