



Профилактика негативных проявлений среди учащихся (драки, ссоры как прийти к примирению)

Конфликт между подростками – сами разберутся?

Подростковый возраст – «период бурь и страстей», — так назвал его еще Жан Жак Руссо в далеком 18 веке. С тех пор изменился мир вокруг, но отношения подростков с миром и друг другом не изменились. Страсти кипят, тинейджеры жаждут бури, и она неизбежно случается в виде конфликтов. Что делать, если дети конфликтуют друг с другом: сами разберутся или нужна помощь?

Конфликты среди подростков обусловлены психофизиологическими особенностями этого возраста. Если учесть, что их поведением в большей степени правят гормоны, то неудивительно, что главенствующее место занимает конфликт за лидерство (первенство).

Особенности подростковых конфликтов

Первенство всегда связано с осознанием своего превосходства над окружающими. Оно может проявляться в борьбе за внимание коллектива (класса), небольшой группы (тройка-пятерка, компания) или одного единственного человека (влюбленность). При этом путь к лидерству часто сопровождается безжалостностью и цинизмом. Подростки часто лишены чувства меры и жалости, считая, что в конфликте все средства хороши.

На первый план выступают притязания, статус и самооценка. «Кто я?», «Что я?» — эти вопросы подросток задает себе каждый день и ждет принятия: в компанию, коллектив, группу лидеров. Кому-то достаточно быть просто принятым (неотвергнутым), а кому-то важно стать лидером. На конфликтность оказывает влияние склонность к агрессии. Даже один агрессивный человек в группе сверстников повышает вероятность конфликтов, а если их несколько, то класс автоматически становится конфликтным.

Причины подростковых конфликтов

Дети часто ссорятся из-за мелочей и так же быстро мирятся. У подростков всё гораздо сложнее.

Причинами конфликтов могут быть:

- Внимание представителя противоположного пола: девочки ссорятся из-за мальчиков, а мальчики — из-за девочек.
- Разный социально-экономический уровень: попытки «задеть» детей другого круга.
- Зависть, сопровождающаяся сплетнями, доносами, оскорблениями.
- Взаимное непонимание, перерастающее в антипатию: в этом случае конфликт может начаться на пустом месте, и причины его установить невозможно.
- Внутренняя конкуренция, переходящая во вражду. Это истинные (внутренние) причины конфликта, а спровоцировать его может любая мелочь: задел, толкнул, взял, сказал... Была бы причина, а повод выяснить отношения подростки найдут с легкостью.

Вмешиваться или нет?

Однозначного ответа на этот вопрос нет. Все зависит от стадии и глубины конфликта. Чаще всего взрослые видят только инцидент, не понимая сути ссоры.

С одной стороны, отстаивая свои интересы, подросток учится взаимодействовать, завоевывает место под солнцем. Вмешательство родителей не только не даст это место, но и понизит статус в глазах сверстников.

С другой стороны, простой инцидент может перерасти в травлю и издевательство.

Как понять суть ситуации? Выслушать своего ребенка. Поговорить с ним, честно обсудить положение и понять глубину проблемы. Далее нужно выяснить, чего хочет ваш ребенок. Понятно, что место лидера и внимание любимого человека вы ему обеспечить не сможете, но можете защитить, если ситуация стала опасной для здоровья и психологического благополучия.

При необходимости нужно начать диалог с учителями. Если ситуация спорная и затрагивает интересы многих людей, то есть смысл провести совместные переговоры всех сторон, участвующих в конфликте. Однако помните, что каждый родитель будет защищать интересы своего ребенка, а у каждого ребенка своя правда. Поэтому важно изначально попробовать разобраться, понимая, что в конфликте всегда виноваты обе стороны, даже если одна из них потерпевшая.

Учим детей разрешать конфликты

Что вы точно можете сделать, так это научить своего ребенка разрешать конфликты.

Способы разрешения конфликтов:

- Честная борьба: соревнование, конкурс, решение трудной задачи, олимпиада. Доказывать свое превосходство можно разными способами, а не подлыми поступками.
- Уход от конфликта на уровне инцидента: я не буду в этом участвовать, так как для меня это неважно. Я не буду поддаваться на провокации, потому что мне конфликт не нужен.

- Уступка. Человек также уходит от конфликта, уступая в чем-то. Здесь важен не уход от конфликта, а приоритет: я уступлю тебе это, так как для меня сейчас важнее другое (отношения, дружба, мир), или я пока не готов к полноценной борьбе.
- Компромисс. Это баланс интересов или взаимная уступка. Иногда компромисс исчерпывает конфликтную ситуацию.
- Сотрудничество. Поиск общих интересов и объединение усилий. Этот способ подходит не всегда, но иногда очень эффективен.

Переговоры - главный путь решения конфликтов. Но чтобы начать говорить с другим человеком, нужно уяснить правила:

- Отделите человека от проблемы. Люди не должны вызывать негатив, есть только проблема, которую нужно решать.
 - Сконцентрируйтесь на интересах и целях, а не на позициях. Научите ребенка бороться ЗА что-то, а не ПРОТИВ кого-то.
 - Предложите несколько вариантов выхода: компромисс, уступка, честная борьба, сотрудничество. Обсудите каждый вариант.
 - Придите к соглашению. Не переводите переговоры в еще 1 конфликт.
- В жизни будет множество конфликтов. Учите детей разрешать споры с детства, относясь к ним как проблемам, которые нужно решать, а не как к поводу для вражды. Учите двигаться к СВОЕЙ цели, а не бороться с другими людьми.

Рекомендации для родителей подростков по вопросу предотвращения/ разрешения конфликтных ситуаций.

Конфликты между детьми и родителями отражаются не только на детях. Взрослые страдают не меньше. Так почему не помочь себе и ребенку? Тем более, что это не так трудно. Необходимо только желание и приложение усилий.

1. Уменьшение эмоционального накала, перевод конфликта с эмоционального на рациональный уровень. Конфликты между родителями и подростками подчиняются тем же законам, что и конфликты взрослых людей. Но подростки больше живут "на эмоциях", чем на рациональном понимании ситуации. А взрослые на то и взрослые, что бы лучше себя контролировать. Чувствуете, что вы "заведены" до предела? Отложите на время, пока более или менее не успокоитесь, решение конфликтной ситуации. На эмоциях никакого толку не будет, только хуже сделаете.

2. Отказ от поиска ответа на вопрос: «Кто виноват?», «Что делать с причиной конфликта?» тоже надо отложить на потом. Поиски виновных в конфликтной ситуации часто приводят только к ее обострению.

3. 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. Увы, мы часто в конфликтной ситуации склонны припоминать прошлые грехи. Только вот какой в этом смысл? Конфликт между родителями и подростком только усугубляется.

4. 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. Кстати, их использование данных в сочетании с переходом на личность может сыграть роль внушения, закрепления каких-то негативных качеств на всю жизнь. И уже взрослый человек живет с чувством обиды на родителей или воспроизводит те самые негативные характеристики, которыми его «наградили» родители. 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.

5. Понятность. Взрослые часто это правило не соблюдают, используя слова и выражения, которые могут быть непонятны или иметь неоднозначный смысл.

Например: «Я ему говорю, что его реакция неадекватна ситуации, а он молчит и делает вид, что не понимает». Само слово «неадекватность» может быть непонятным ребенку, или он, вполне возможно, вкладывает в него другой смысл.

6. Передавайте свои чувства и эмоции, используя «Я-высказывание». 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. Например, Я беспокоюсь, когда ты не предупреждаешь, что задерживаешься. Мне неприятно видеть в комнате беспорядок. Я огорчаюсь, когда вижу такое поведение.

7. 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. Это причина большинства конфликтов.

8. Для конструктивного поведения родителей в конфликтах с детьми следует придерживаться следующих правил:

Всегда помнить об индивидуальности ребенка.—

Учитывать, что каждая новая ситуация требует нового решения.—
Стараться понять требования ребенка.—
Помнить, что для перемен нужно время.—
Противоречия воспринимать как факторы нормального развития.—
Проявлять постоянство по отношению к ребенку.—
Чаще предлагать выбор из нескольких альтернатив.—
Одобрять разные варианты конструктивного поведения.—
Совместно искать выход путем перемены в- ситуации.
Уменьшать число «нельзя» и увеличивать число «можно».—
Ограниченно применять наказания, соблюдая при этом справедливость и необходимость их использования.—
Дать ребенку возможность почувствовать неизбежность негативных последствий его проступков.—
Расширять диапазон моральных, а не материальных поощрений.—
Использовать положительный пример других детей и родителей.—
Учитывать легкость переключения внимания у маленьких детей.—
Делайте все от вас зависящее, чтобы быть добрым к ребенку и в то же время проявлять оправданную твердость.—
Предупреждайте конфликты при помощи понимания, прощения и способности уступать.—
Основным методом общения с ребенком должна быть безусловная любовь.—
Эффективно используйте стили поведения в конфликтной ситуации, учитывая конкретные обстоятельства.—

9. Примите то, что у вас тоже есть недостатки. Они могут быть незначительными. Но даже из-за маленьких недостатков подросток может часто с вами конфликтовать. Это вполне нормально. У каждого родителя есть особенности темперамента и поведения, которые раздражают их детей. Ваша задача - попытаться не проявлять их при общении с подростком. Или хотя бы показывать, но в меньшем объеме. Это очень важно. По той причине, что подростку будет проще с вами общаться. И он не будет обижаться на ваши действия.

10. Если хотите извиниться, сделайте это. Если хотите указать на ошибку, то это тоже лучше сделать в ходе личного разговора. Решать конфликты с помощью сообщений в мессенджерах категорически не рекомендуем. Поскольку это может еще больше рассорить вас с подростком.

В заключение. Родители часто задают вопрос – а как начать все это использовать? Просто берите и начинайте хотя бы с соблюдения первых трех правил, как наиболее простых. И результаты появятся. Но не стоит ожидать сиюминутного успеха. Быстрых изменений в человеческих отношениях не бывает. Ведь конфликты подростков и родителей имеют свою историю, и подростку нужно время, чтобы перестроиться, отказаться от уже сложившихся стереотипов поведения и эмоциональных реакций.