

Учимся решать конфликты!

Конфликт — это столкновение интересов, где удовлетворение желаний одной стороны обязательно несет ущемление воли другой. Это противостояние сопровождается сильными отрицательными эмоциями — обидой, гневом, враждебностью.

Противоречие целей и мнений наблюдается и у самых близких людей — родителей и детей. Полностью избежать конфликтов не удастся даже опытным родителям. Ребенок растет, расширяя зоны своей самостоятельности и личного пространства, а родители не всегда готовы принять их. Да и границы этих зон часто нуждаются в корректировке.



Причины конфликтов

Школьная успеваемость. Более 30% родителей считают главной причиной конфликтов с детьми именно школьную успеваемость. Они, в большинстве своем, создают все условия для учебы детей, и если школьники учатся спустя рукава и не желают выполнять домашние задания, то такое поведение вызывает, мягко говоря, недовольство, а замечания педагогов — «не выучил», «не

сделал», «не выполнил», «не старался» — возмущение, приводящее к наказаниям. Естественно, что у детей свой взгляд на учебу и поведение в школе. Мало кто из них готов признать свои ошибки и немедленно начать исправляться, поэтому затяжной конфликт гарантирован.

Нарушение правил поведения. Дети отмечают, что конфликты с родителями наиболее часты из-за нарушения установленных в семье правил поведения. Это — «общение» с телевизором, компьютером, телефоном; несоблюдение режимных моментов; недисциплинированность; игнорирование домашних обязанностей. Дети проверяют родительские нервы на прочность и в общественных местах, предполагая, что в присутствии других людей границы дозволенного будут расширены. Однако недовольство мам и пап усиливается реакцией окружающих людей. Родителям стыдно. Как правило, конфликт неизбежен, если только детям позволено манипулировать взрослыми.

Разное восприятие жизни. Долгое время дети считают родителей самыми умными, красивыми, знающими. Но с возрастом восприятие жизни меняется, и дети начинают формировать собственное мнение об окружающем мире: появляются свои интересы, своя манера одеваться, свои цели и приоритеты. При этом авторитетным становится мнение сверстников, а не родителей, поэтому советы и предостережения не воспринимаются. У них одно объяснение противоречий — родители ничего не понимают.

Разногласия из-за друзей. Родителям свойственно необъективно оценивать своих детей. Безусловно, они самые лучшие: добрые, способные, воспитанные, ведь их никогда не учили ничему плохому, поэтому хочется уберечь их от дурного влияния окружающих. Поэтому взрослые нередко запрещают своим детям общаться с некоторыми приятелями, и поощряют сближение с другими. Реакцию родителей можно понять, но и детской интуиции нужно доверять. Друзей ребенок выбирает душой, а не разумом.



Несдержанность детей. Взрослых выводит из себя, когда дети отговариваются и огрызаются, грубят, требуют денег или покупок. К сожалению, дети еще не умеют оценивать старания и жертвенность близких, не понимают, как их поведение ранит людей, которые любят их и желают только хорошего.

Разрешение конфликтов

В ситуации конфликта есть два неправильных и один верный способ решения. К сожалению, большинство родителей выбирает неправильный способ решения конфликта, провоцируя этим другие проблемы формирования характера и воспитания.

Первый неконструктивный способ разрешения конфликта родителей и детей можно назвать

"Выигрывает только родитель".

Родители, склонные использовать первый способ, считают, что побеждать ребенка, ломать его сопротивление необходимо. Дашь ему волю, так он "на шею сядет", "будет делать, что хочет". Сами того не замечая, они показывают детям сомнительный пример поведения: "всегда добивайся того, что ты хочешь, не считаясь с желаниями другого". А дети очень чувствительны к манерам родителей, и с раннего детства им подражают. Так что в семьях, где применяются авторитарные, силовые методы, дети быстро учатся делать то же. Они как бы возвращают взрослым преподанный урок, и тогда "коса находит на камень".



Есть и другой вариант этого способа: мягко, но настойчиво требовать от ребенка выполнения своего желания. Часто это сопровождается объяснениями, с которыми ребенок в конце концов соглашается. Однако если такой нажим - постоянная тактика родителей, с помощью которой они всегда добиваются своего, то ребенок усваивает другое правило: "Мои личные интересы (желания, потребности) не в счет, все равно придется делать то, что хотят или требуют родители".

В некоторых семьях это продолжается годами, и дети постоянно оказываются побежденными. Как правило, они растут либо агрессивными, либо чрезмерно пассивными. Но в обоих случаях у них накапливаются озлобление и обида, их отношения с родителями нельзя назвать близкими и доверительными.

Второй неконструктивный способ разрешения конфликта родителей и детей - "Выигрывает только ребенок".

По этому пути идут родители, которые либо боятся конфликтов ("мир любой ценой"), либо готовы постоянно жертвовать собой "ради блага ребенка", либо и то и другое. В этих случаях дети растут эгоистами, не приученными к порядку, не умеющими себя организовать.

Все это может быть и не так заметно в пределах семейной "всеобщей уступчивости", но едва они выходят за двери дома и включаются в какое-то общее дело, как начинают испытывать большие трудности. В школе, на работе, в любой компании им уже никто не хочет потакать.

В такой семье у родителей накапливается глухое недовольство собственным ребенком и своей судьбой. В старости такие "вечно уступчивые" взрослые часто оказываются одинокими и заброшенными. И только тогда наступает прозрение: они не могут простить себе мягкотелость и безответную самоотдачу.



Конструктивный способ разрешения конфликтов:

"Выигрывают обе стороны: и родитель, и ребенок"

Алгоритм решения включает в себя несколько шагов:

Первый шаг - прояснение конфликтной ситуации: Сначала родитель выслушивает ребенка. Уточняет, в чем состоит его проблема, а именно: что он хочет или не хочет, что ему нужно или важно, что его затрудняет и т.д. Делает он это в стиле активного слушания, то есть обязательно озвучивает желание, потребность или затруднение ребенка. После этого он говорит о своем желании или проблеме, используя форму "Я сообщения". Например: "Знаешь, я очень ждала этой передачи (вместо: «Ты что, не знаешь, что я смотрю ее каждый день?!»)".

Еще раз замечу, что начинать надо именно с выслушивания ребенка. После того, как он убедится, что вы



слышите его проблему, он с гораздо большей готовностью услышит и вашу, а также примет участие в поисках совместного решения. Часто, едва взрослый начинает активно слушать ребенка, острота назревающего конфликта спадает.

Второй шаг - сбор предложений: этот этап начинается с вопроса: "Как же нам быть? ", "Что же нам придумать? ", или: "Как нам поступить?". После этого надо обязательно подождать, дать возможность ребенку первому предложить решение (или решения), и только затем предлагать свои варианты.

При этом ни одно, даже самое неподходящее, с вашей точки зрения, предложение, не отвергается с места. Сначала предложения просто набираются "в корзинку". Если предложений много, их можно записать на листе бумаги. Когда сбор предложений окончен, делают следующий шаг.

Третий шаг - оценка предложений разрешения конфликта и выбор наиболее приемлемого: на этом этапе проходит совместное обсуждение предложений. "Стороны" к этому времени уже знают интересы друг друга, и предыдущие шаги помогают создать атмосферу взаимного уважения. Когда в обсуждении участвует несколько сторон, наиболее приемлемым считается предложение, которое устраивает всех участников.

Шаг четвертый - детализация принятого решения: предположим, в семье решили, что сын уже большой, и ему пора самостоятельно вставать, завтракать и выходить в школу. Это освободит маму от ранних хлопот и даст ей возможность выспаться. Однако одного решения мало. Надо научить ребенка пользоваться будильником, показать, где какая еда лежит, как разогревать завтрак и т.д.

Пятый шаг - выполнение, проверка: возьмем такой пример: семья решила разгрузить маму, поделить домашние дела более равномерно. Пройдя все этапы, пришли к определенному решению. Его хорошо бы записать на листочке и повесить на стену (см. шаг четыре).

Спокойное разрешение спорной ситуации должно стать нормой. В то же время дети должны ясно осознавать, что у них есть обязанности, которые они должны выполнять.



Использованные ресурсы:

[Электронный ресурс]: <http://www.xn--283-5cd3cgu2f.xn--p1ai/index.php/sluzhba-mediatsii/542-konflikty-roditelej-i-detej-varianty-razresheniya/>, (дата обращения: 12.05.2021)

[Электронный ресурс]: <https://www.ya-roditel.ru/parents/base/experts/konflikty-mezhdu-roditelyami-i-detmi-osnovnye-prichiny/>, (дата обращения: 12.05.2021)