**Конфликты с собственным ребенком  и пути их решения**

* Повышенная конфликтность

все это ежедневная реальность

для родителей многих подростков

* Эмоциональные всплески

* Открыто вызывающее поведение

Подростковую психику нередко называют периодом «гормональной дури». У подростка происходит поиск и становление своего «я» – это стремление освободиться от влияния взрослых и общаться со сверстниками. Такие реакции поражают меньше конфликтов и проходят мягче в тех семьях, где присутствует уважение друг к другу, взаимопонимание, где подросток, как остальные члены семьи, имеет право голоса, где у всех есть права и обязанности. “От любви до ненависти один шаг, от ненависти к любви – километры шагов”.

**За что и против чего ведёт борьбу ребёнок в переходном возрасте?**

* За то, чтобы перестать быть ребёнком.
* За прекращение посягательств на его физическое начало, неприкосновенность.
* За утверждение среди сверстников.
* Против замечаний, обсуждений, особенно в формах ироничных, по поводу его физической зрелости.

Самое страшное в конфликте – это чувства, которые испытывают люди друг к другу. Страх, злоба, обида, ненависть – главные чувства конфликтов. Без конфликтов жизнь невозможна, нужно научиться их конструктивно разрешать.

Детям очень плохо без нашей ласки, любви и внимания. Общаясь с ребёнком, мы учим его владеть своими эмоциями. Если этого не происходит, то появляются эмоциональные проблемы, отклонения в поведении, конфликты, а то и нервнопсихические заболевания. Потребность в любви, в принадлежности другому – это одна из самых главных человеческих потребностей. Это значит, что человеку важно чувствовать, что он кому-то нужен. Ребёнку необходимо, чтобы вы на него приветливо взглянули, ему хочется услышать: “Как здорово, что ты у нас есть!”, “Я люблю, когда ты дома”, “Рада тебя видеть”, и при этом ласково прикоснулись, погладили, обняли.

Безусловно принимать ребёнка – это значит любить его не за то, что он красивый, умный, способный, отличник, помощник (список можно продолжать бесконечно), а просто так – просто за то, что он есть!

**Давайте запомним:**

РЕБЁНКУ ЗНАКИ БЕЗУСЛОВНОГО ПРИЯТИЯ ОСОБЕННО НУЖНЫ –

КАК ПИЩА РАСТУЩЕМУ ОРГАНИЗМУ.

ОНИ ЕГО ПИТАЮТ ЭМОЦИОНАЛЬНО.

ПОМОГАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИ РАЗВИВАТЬСЯ.

**Памятка для родителей по общению с подростком**

* Прежде чем вы вступите в конфликтную ситуацию, подумайте над тем, какой результат от этого вы хотите получить.
* Утвердитесь в том, что этот результат для вас действительно важен.
* В конфликте признавайте не только свои интересы, но и интересы другого человека.
* Соблюдайте этику поведения в конфликтной ситуации, решайте проблему, а не сводите счёты.
* Будьте тверды и открыты, если убеждены в своей правоте.
* Заставьте себя слышать доводы своего оппонента.
* Не унижайте и не оскорбляйте другого человека для того, чтобы потом не сгорать со стыда при встрече с ним и не мучиться раскаянием.
* Будьте справедливы и честны в конфликте, не жалейте себя.
* Умейте вовремя останавливаться.
* Дорожите собственным уважением к самому себе, решаясь идти на конфликт с тем, кто слабее вас.

**Для того, чтобы отношения с подростком были гармоничными попробуйте придерживаться следующих принципов:**

* поддерживать ребенка во всех начинаниях
* оставить за ребенком право выбора друзей и стиля
* стать соучастником всех переживаний ребенка, пытаясь ему помочь, а не научить, ”как правильно жить“
* не упрекать ребенка за неудачи, а попытаться совместно преодолеть трудности
* давать ребенку право слова при принятии важных решений в семье
* быть терпимее к чертам характера ребенка, которые порой вызывают острое неприятие
* избегать в ссорах навешивания ярлыков, не допускать оскорблений
* уважать личное пространство ребенка (не входить в комнату без стука, не подслушивать телефонные разговоры, не трогать личные вещи).

**Что делать родителям, чтобы сохранить любовь и уважение своих подросших детей?**

Не следует видеть в самостоятельности ребёнка угрозу его лишиться.

Помните, что ребёнку нужно не столько самостоятельность, сколько право на неё.

Чтобы ребёнок выполнил то, что вам нужно, постарайтесь сделать так, чтобы он сам этого захотел.

Не злоупотребляйте опекой и контролем, не перегружайте его.

Не создавайте в семье «революционную ситуацию», а если создали её, то приложите все усилия, чтобы разрешить её мирным путём.

Не забывайте слова И. В. Гётте: «В подростковом возрасте многие человеческие достоинства проявляются в чудачествах и неподобающих поступках».

