

ПУТИ РЕШЕНИЯ СЕМЕЙНЫХ КОНФЛИКТОВ.

ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ ШВАЙБАК С.А.

Конфликты возникают при отношении родителей к подростку как к маленькому ребенку и при непоследовательности требований, когда от него ожидается то детское послушание, то взрослая самостоятельность. Часто источником конфликта становится внешний вид подростка. Родителей не устраивает ни мода, ни цены на вещи, так нужные их ребенку. А подросток, считая себя уникальной личностью, в то же время стремится ничем не отличаться от сверстников. Камнем преткновения во многих семьях может стать вопрос: до которого часа подросток может гулять вечером? Или родители считают, что девочке рано встречаться с мальчиком и т. д. Легкая ранимость этого «взрослого» ребенка требует от родителей терпеливого разъяснения. Но ни в коем случае не допускайте нравочений и нотаций! Подросток хочет, чтобы взрослые считались с его мнением, уважали его взгляды. Отношение к себе как к маленькому обидит подростка. Вот почему недопустимы со стороны родителей мелочная опека, излишний контроль. Слова убеждения, совета или просьбы, с которыми родители на равных обратятся к подростку, воздействуют быстрее.

Существует 4 способа решения конфликтных ситуаций:

1. *Уход от проблемы* (чисто деловое общение).
2. *Мир любой ценой* (для взрослого отношения с ребенком дороже всего). Закрывая глаза на отрицательные поступки, взрослый не помогает подростку, а наоборот – поощряет отрицательные формы поведения ребенка.
3. *Победа любой ценой* (взрослый стремится выиграть, пытаясь подавить ненужные формы поведения ребенка. Если он проигрывает в одном, то будет стремиться выиграть в другом).
4. *Продуктивный* (компромиссный) вариант. Этот вариант предполагает частичную победу и в одном, и в другом лагере. К этому обязательно нужно идти вместе, т. е. это должно стать результатом совместного решения.

В подростковом возрасте очень важно интимно-личностное общение. Доверие, уважение, понимание, любовь – это должно присутствовать в отношениях с родителями.

Для достижения воспитательных целей в семье родители обращаются к разнообразным средствам воздействия: поощряют, наказывают ребенка, стремятся стать для него образцом. В результате разумного применения поощрений развитие детей как личности можно ускорить, сделать более успешным, чем при использовании запретов и наказаний. Если все же возникает нужда в наказаниях, то для усиления воспитательного эффекта наказания по возможности должны следовать сразу за поступком. Наказание должно быть справедливым, но не жестоким. Очень суровое наказание может вызвать у ребенка страх или озлобленность. Наказание более эффективно в том случае, если проступок, за который он наказан, разумно объяснен. Любое физическое воздействие формирует у ребенка убеждение, что он тоже сможет действовать силой. Когда его что-то не

устроит, с появлением второго ребенка привилегии старшего брата или сестры обычно ограничиваются. Старший ребенок теперь вынужден, причем часто безуспешно, вновь завоевывать родительское внимание, которое в большей степени обычно обращено на младших детей.

Специфические условия для воспитания складываются в так называемой неполной семье, где отсутствует один из родителей. Мальчики гораздо острее, чем девочки, воспринимают отсутствие в семье отца; без отцов они часто бывают задиристыми и беспокойными.

Распад семьи отрицательно влияет на отношения между родителями и детьми, особенно между матерями и сыновьями. В связи с тем, что родители сами испытывают нарушение душевного равновесия, им обычно недостает сил, чтобы помочь детям справиться с возникшими проблемами как раз в тот момент жизни, когда те особенно нуждаются в их любви и поддержке.

После развода мальчики нередко становятся неуправляемыми, теряют самоконтроль, проявляя одновременно завышенную тревожность. Эти характерные черты поведения особенно заметны в течение первых месяцев жизни после развода, а к двум годам после него сглаживаются. Такая же закономерность, но с менее выраженными симптомами наблюдается в поведении девочек после развода родителей. *Чтобы свести к минимуму отрицательное влияние семьи на воспитание ребенка, необходимо помнить внутрисемейные психологические факторы, имеющие воспитательное значение:*

- принимать активное участие в жизни семьи;
- всегда находить время, чтобы поговорить с ребенком;
- интересоваться проблемами ребенка, вникать во все возникающие в его жизни сложности и помогать развивать свои умения и таланты;
- не оказывать на ребенка никакого нажима, помогая ему тем самым самостоятельно принимать решение;
- иметь представление о различных этапах в жизни ребенка;
- уважать право ребенка на собственное мнение;
- уметь сдерживать собственнические инстинкты и относиться к ребенку как к равноправному партнеру, который просто пока обладает меньшим жизненным опытом, с уважением относиться к стремлению всех остальных членов семьи делать карьеру и самосовершенствоваться.

“ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ...”

СИТУАЦИИ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ С РОДИТЕЛЯМИ

1. Вам необходима помощь ребёнка, а он занят каким-то интересным или важным делом (впрочем, почему “или” – если дело интересное, то это важно). Вам не хочется отрывать ребёнка от занятий, но вам нужна помощь.

Если нужно – обращайтесь с просьбой и давайте поручение. Только при этом проследите, чтобы у вас в голосе не звучали виноватые нотки, не нужно извиняющегося тона. Дети улавливают, что родители не решаются попросить о чём-то, и испытывают чувство вины.

Кстати, если вы решите проявить благородство – не беспокоить ребёнка и взвалить на свои усталые плечи ещё и этот груз, то, вероятно, у вас возникнет раздражение, и это дети тоже ощутят. Так что такое раздражение не принесёт пользы ни вам, ни детям. Будет испорчено настроение, и дети не получат возможности проявить себя.

А чувство вины, которое у них может возникнуть, – не всегда хороший помощник вам. Далеко не всякий ребёнок, почувствовав себя виноватым, стремится исправить положение. Наоборот, бывает, что чувство вины только закрепляет нежелательную модель поведения. Ведь и со взрослыми так бывает. Вспомните.

Просите ребёнка о помощи, давайте поручение убеждённо, но не грубо!

2. Ребёнок выполнил поручение, явно постарался. Благодарить или не благодарить? И как благодарить?

Самая главная награда для ребёнка – то, что вы к нему обратились за помощью, что он нужен вам, что вы надеетесь на него.

Но доброе слово родителей тоже очень важная награда, её нельзя обесценивать. Если ребёнок выполняет свои повседневные обязанности и делает это хорошо, нужно показать, что вы цените его работу. Ведь если вы приготовили обед, то это обычное дело, правда? А вам приятно услышать похвалу, знать, что вы доставили кому-то удовольствие. Поэтому доброе слово весьма уместно, если ребёнок красиво накрыл на стол, аккуратно застелил кровать, вовремя полил цветы.

Но если выполнена какая-то работа потруднее, не повседневная, можно и не поскупились на благодарность. Если ваш ребёнок хорошо поработал – помог разобрать кладовку, убрать зимние вещи, починил уют, особенно если для этого он отказался от прогулки, телевизионной передачи, то... То дайте ему почувствовать, что вы считаете его взрослым.

Награда за труд – это продвижение на одну ступеньку в мир взрослых, потому что в следующий раз ребёнок сможет выполнить что-то ещё более сложное, а значит, и интересное.

3. Ваша дочь стала молчаливой и замкнутой. Вам никак не удаётся вызвать её на разговор. Вы спрашиваете её: “Как дела? Не случилось ли чего?”. Она отвечает: “Всё нормально. Всё в порядке”. А вам кажется, что девочка что-то скрывает. Вы всё более взволнованно задаёте вопросы. Она отвечает всё неохотнее. Как поступить?

Не начинайте донимать её душевными разговорами, прекратите попытки что-либо выведать. Это только ухудшит положение. Найдите такое дело, которое вы будете делать вместе, тогда и возникнет общение.

Но не перестарайтесь. Не стремитесь проникнуть во все уголки личной жизни ребёнка. Возможно, дочь и отдалилась от вас, чтобы почувствовать себя самостоятельно.

Не нужно жить только её жизнью. Пусть у вас будет своя личная жизнь, свои радости и заботы. Тогда дочь будет охотнее делиться с вами.

И пусть дочь знает, что вы всегда рады её выслушать, с чем бы она ни пришла. А то ведь бывает, что у ребёнка неприятности в школе, а она боится,

что вы рассердитесь, и скрывает их. У детей должна быть уверенность: что бы ни случилось, мама и папа будут искать выход вместе с ними, дадут разумный совет.

Дочери легче в следующий раз обращаться к вам, если она будет знать, что вы всегда готовы её слушать.

И не бойтесь, если опять почувствуете, что ребёнок отдаляется от вас, сказать: “Что-то мы с тобой стали меньше разговаривать о своих делах. Почему, как ты думаешь?”.

4. У вашего ребёнка нет друзей? Конечно, это не может вас не тревожить. Взрослый человек, у которого нет близких друзей, не может считаться здоровым физически и эмоционально. Такие люди постоянно попадают в конфликтные ситуации, вынуждены обращаться к невро-патологам. А дети? Дети должны учиться дружить с раннего возраста. Чем старше они становятся, тем труднее им заводить друзей.

Научите своего ребёнка разговаривать. Не болтать, перескакивая с одной темы на другую и не заботясь о том, понимает ли его собеседник, приятно ли это ему, а именно разговаривать: формулировать свои желания, намерения, выслушивать другого человека. Друзья появляются у тех детей, которые умеют общаться.

Научите ребёнка улаживать и предотвращать конфликты. Если он хочет, скажем, просто получить что-то без очереди, пусть, по крайней мере, постарается объяснить, что даёт ему право торопиться: нужно для урока и так далее...

Следите, чтобы ребёнок говорил не “Дай мне!”, а “Можно я возьму?”.

Подскажите ребёнку, что нужно не только привлекать внимание к себе, но обращать внимание на окружающих. Если у него обновка, может сказать: “А у меня новые кроссовки!”, но будет хорошо, если он заметит и чужую: “О, у тебя новое...”.

Дайте ребёнку совет, если он хочет присоединиться к игре, хорошо бы прежде проявить интерес к тому, что делают ребята, заметить, задать вопрос: “*Как здорово у вас получается!*”. Шансов, что его примут играть в таком случае гораздо больше, чем, если он просто подойдёт и скажет: “*Можно я буду играть с вами?*”. Создавайте ситуации, чтобы ваш ребёнок мог заниматься чем-то вместе с другими детьми. В детстве делать что-то вместе важнее, чем говорить о чём-то. Дети получают удовольствие от общения именно в совместной деятельности.

Учите ребёнка знакомиться и заводить друзей. Знакомство – дело не простое, и ребёнку нужно буквально подсказать, что именно он должен делать, чтобы оно удалось. Даже много раз подсказывать, если понадобится.

Чем труднее ребёнку даются знакомства, тем важнее научить его этому умению. И здесь вы очень можете помочь своему ребёнку.

5. Что делать, если ваш обычно энергичный, доброжелательный ребёнок вдруг начинает дерзить дома, неохотно отправляется в школу, не хочет общаться с приятелями, всё делает через силу, а на ваши вопросы отвечает только: “Не хочется...”. И все это продолжается и день, и второй, и третий...

Прежде всего признать, что периоды плохого настроения, депрессии бывают не только у взрослых, а и у детей тоже. И хотя причины, их вызвавшие, могут показаться нам несерьёзными (это может быть и неудача в классе или на спортивной площадке, ссора с приятелем, резкое слово учителя), переносить такие состояния детям труднее, чем нам. Мы-то знаем, что плохое настроение рано или поздно пройдёт.

Да и выразить ему своё состояние нелегко. Вряд ли он скажет, как мы: *“Ничего не радует”*, *“Свет не мил”*, *“Просто ни к чему душа не лежит”*. А когда слов не подберёшь, ещё труднее.

Постарайтесь выяснить, что произошло. Можно посоветоваться с учителями, можно поговорить с друзьями вашего сына или дочери. Только делайте это тактично, чтобы у ребят не возникло впечатление, что вы выпытываете их секреты.

Пользуйтесь любой возможностью побыть с ребёнком в эти дни. Пусть не словами, а отношением дайте ему почувствовать, что вы рядом, что вы готовы выслушать, дать совет.

Покажите, что вы всерьёз относитесь к тому, что происходит с вашим ребёнком. Всякие: *“Да брось ты!”*, *“Чтоб у тебя больше горя не было!”*, *“Подумаешь, беда какая!”* исключены.

Попробуйте вспомнить, как это у вас бывало в детстве, и расскажите сыну или дочери, как вам было трудно и что вам помогло.

6. Ваш ребёнок не уверен в себе? Воспитывайте у него качество, которое можно было бы назвать (впрочем, это будет не совсем точно) самоуважением. Наличие этого качества ещё не гарантирует успеха на жизненном пути, но его отсутствие гарантирует неудачу. И никакие другие достоинства: ум, здоровье, образование его не заменяют.

Это качество, которое еще можно было бы назвать “ощущение, сознание своего “я”, возникает довольно рано в детстве. И хотя на его развитие влияют все: и учителя, и товарищи, любое окружение – самое главное, решающее влияние, хорошее или плохое, оказывают родители. Собственно, всё начинается ещё с колыбели, но в возрасте 6–7 лет дети особенно активно начинают осознавать себя, сравнивать с окружающими, смотреть на себя со стороны. Надо, чтобы родители помогли им поверить в себя. Вы должны научить ребёнка хорошо относиться к самому себе. Нужно помочь ему приобрести эту черту характера, либо способствовать её сохранению. Для этого есть разные пути.

Оценивайте поступок, а не ребёнка. Поосторожней обращайтесь с подобными фразами: “Ты эгоист”, “Плохой мальчик”, “Скверная девчонка” и другими.

Лучше сказать: “Ты поступил плохо”, “Ты совершил эгоистичный поступок”. Дети склонны воспринимать то, что мы им говорим, буквально. Если они часто слышат в свой адрес слова “неряха”, “жадина”, то и вести себя начинают соответственно ярлыкам, которые им прилепили.

Если вам не нравится тон, которым говорит ребёнок, так и скажите: “Мне не нравится этот тон”, не говорите ни в коем случае “Ты нытик”. Это не конструктивно, это для ребёнка – тупик. Когда вы говорите “Мне не нравится

этот тон”, вы чётко формулируете свою точку зрения и указываете выход: “Больше так не говори”.

7. Ваш ребёнок ведёт себя возмутительно, натворил что-то ужасное, на него пожаловалась соседка, в дневнике грозная запись учителя, пальто разорвано... Еще секунда! – и вы окончательно выйдете из себя...

Признайтесь себе, что вы слишком взвинчены и вряд ли сможете принять разумное и справедливое решение. Успокойтесь сами, и пусть ребёнок успокоится.

Разберитесь в происшедшем, выясните все детали. Узнайте все подробности, причины.

Пусть ребёнок сам расскажет о случившемся, выслушайте его.

Несправедливое наказание очень травмирует ребёнка, но не менее опасно обвинить другого, если виноваты ваши дети.

Обсудите случившееся с близким человеком, который непосредственно не участвовал в ситуации. В минуты гнева мы теряем объективность, а собеседник поможет нам взглянуть на случившееся с новой точки зрения.

Старайтесь больше узнать о развитии ребёнка, его психологии. Чем больше вы будете знать о законах и закономерностях детского развития, о детской психологии, тем увереннее будете себя чувствовать.

8. Вы, к несчастью, разводитесь? Естественно, разрыв между супругами всегда связан с глубокими переживаниями. Но вы ни в коем случае не должны забывать, что самочувствие ребёнка в этот тяжёлый для него период во многом зависит от вас.

Не стоит создавать в семье обстановку недомолвок, недоговорённости. Всё это приводит к тому, что внимание ребёнка к критической ситуации лишь усиливается, фантазия разыгрывается... При отсутствии информации он начинает придумывать ещё что-то более страшное, чем то, что происходит на самом деле.

Ребёнок должен чувствовать, что папа и мама готовы разговаривать с ним о том, что происходит в семье. Очень важно, чтобы дети могли выговориться, попереживать, если хочется, а то и поплакать. Главное, чтобы ребёнок при этом чувствовал, что отец и мать оба хорошо относятся к нему и он ни в коей мере не является поводом и причиной развода.

Откровенный разговор становится тем более необходимым, если возникают неизбежные изменения в жизни: переезд, обмен квартиры, переход в другую школу. С детьми, даже самыми маленькими, следует обсуждать это так, как будто вы советуетесь с ними. Пусть даже совет будет чисто символическим.

Что и говорить, лучше бы всего этого избежать. Но уж если жизнь так складывается, пусть сын или дочь чувствуют, что вы щадите и оберегаете их, не имеете от них тайн, и никто из вас двоих, ни папа, ни мама, не стали любить их меньше.

9. Ваш ребёнок серьёзно заболел и надолго в постели.

Дети по-разному переносят постельный режим. Но вполне могут приспособиться к нему, не ощущая подавленности и тоски. Они могут даже

во время болезни развить в себе способы преодолевать боль и страдания. Всё зависит от того, как мы, взрослые, устроим их быт.

Когда ребёнок болен, он нуждается в большем нашем внимании, ласке и заботе, особенно в самый тяжёлый период болезни. Тут маме надо быть всегда рядом.

Со временем, когда ребёнок начинает выздоравливать, у неё обязательно должно оставаться свободное время, чтобы заняться делами и отдохнуть. Для ребёнка теперь лучше, если мама не прикована к его кровати днём и ночью и притормаживает чрезмерные требования и капризы.

Вседозволенность во время болезни не принесёт ничего хорошего. Более того, она может даже запутать ребёнка – значит действительно дела его плохи, если ему вдруг стало можно всё и всё разрешается.

На ребёнка или подростка во время длительной болезни могут порой нападать тоска и отчаяние. В такие минуты лучше пренебречь всеми правилами и уделить ему всё внимание. Забудьте на время уборку, приготовление пищи, стирку и прочее. Сделайте всё, чтобы подбодрить и развеселить его.

И ещё. У больного ребёнка обязательно должны быть свои радости и капризы, какая-то заманчивая перспектива.

Можно сделать так. Каждую среду папа, вернувшись вечером с работы, приносит ему какой-то маленький подарок. Ребёнок знает, что в этот вечер его ждёт радость, только не знает, какая именно.

Суббота – день новых книг, которые мама приносит из библиотеки. А в воскресенье к обеду придёт лучшая под-руга или друг.

Чтобы не одолела скука, у ребёнка всегда есть какое-то занятие. Это может быть дополнение новыми снимками семейного фотоальбома, вырезание из бумаги и шитьё платьев для кукол. А может быть рисование.

Вы, конечно, сами знаете увлечения и вкусы маленького больного. Задача лишь в том, чтобы у него всегда был выбор занятий, которые и не наскучат примитивностью, и не отпугнут сложностью.

Ребёнок довольно легко привыкает к постельному режиму. Не давайте ему втягиваться в этот режим, иначе потом, когда придёт время вставать, могут быть сложности. Ребёнок будет излишне осторожным, может боязливо прислушиваться к боли или даже выдумывать её. Напоминайте почаще больному ребёнку, что он скоро выздоровеет, поднимется и будет таким же, как все. Стройте планы, помечтайте вместе об этом времени, тогда у вашего малыша не будет чувства, что болеть выгодно и что ваше внимание и участие исчезнут вместе с болезнью!