

**Консультант рубрики:** педагог-психолог высшей категории ТОГУ «Областная психолого медико-педагогическая консультация» **Г.В.Поленкова**

### **Технологии преодоления детско-родительских конфликтов**

Факторы конфликтного взаимодействия родителей и детей :

**Тип внутрисемейных отношений.** Выделяют гармоничный и дисгармоничный типы семейных отношений. Для гармоничных внутрисемейных отношений характерно сотрудничество и взаимопомощь, равноправие всех участников семейного союза, гибкость оценок и поведения в зависимости от ситуации или состояния членов семьи. В такой семье взрослые корректно направляют поведение ребенка, хвалят и поощряют, высказывая одновременно советы. Для этой семьи характерен демократический стиль воспитания детей. В дисгармоничной семье наблюдается конфликтное взаимодействие супругов, напряженность, невозможность найти приемлемые способы общения друг с другом. Чувства и эмоции другого в расчет не принимаются, во взаимоотношениях сохраняется дистанция.

**Возрастные кризисы детей.** Возрастной кризис представляет собой переходный период от одного этапа детского развития к другому и рассматривается как фактор повышения конфликтности ребенка. Дети становятся непослушными, капризными, раздражительными и даже агрессивными. Они часто вступают в конфликты с окружающими, особенно с родителями. Выделяют следующие возрастные кризисы детей: кризис первого года (период перехода от младенчества к раннему детству); кризис трех лет (период перехода от раннего детства к дошкольному возрасту); кризис 6 — 7 лет (период перехода от дошкольного к младшему школьному возрасту); кризис полового созревания (период перехода от младшего школьного возраста к подростковому возрасту 12 —14 лет); подростковый кризис 15—17 лет .

Мы живём в мире постоянных компромиссов, поэтому важно научиться находить альтернативы. Нахождение альтернативы включает в себя достижение взаимного согласия. Научить ребёнка находить альтернативу означает помочь ему в выборе наилучшего способа действия и принятия им ответственности за выполнение решения.

Существуют определённые этапы поиска альтернативы:

- определение противоречия или проблемы;
- выработка альтернативных решений;

обдумывание и оценка альтернативных решений;  
выбор альтернативы и реализация решения;  
определение того момента в будущем, когда можно будет оценить прогресс.

Необходимо помнить, что каждый участник конфликта – человек; следовательно, к каждому нужно относиться достойно и с уважением.

И родитель, и ребёнок должны:  
хотеть услышать партнёра;  
хотеть разрешить конфликт;  
понимать и, по возможности, принимать чувства партнёра;  
верить, что другой человек тоже может найти хорошее решение;  
смотреть на другого человека как на самостоятельную личность, с его особыми чувствами.

Формы поведения, реализующие установку на понимание, доверие и принятие, включают в себя:

зрительный контакт (смотреть на партнёра, но не сверлить его взглядом);

язык жестов (естественные раскованные открытые жесты и позы).

Сюда входит и Ваша собственная манера держаться, выражающая желание разрешить конфликт: внимательное слушание партнёра, не столько относящееся к тому, что он говорит, сколько поддерживающее его и побуждающее продолжать и прояснять свои мысли и чувства.

Родитель не должен бояться сказать: «То, что случилось, является проблемой, и я хочу, чтобы мы попытались решить её вместе». Нужно придерживаться следующих целей и правил:

скажите все, как есть.

избегайте обвинений, которые лишь вынуждают ребёнка защищаться и уменьшают шансы на разрешение противоречия;

используя совместные действия, следует дать ребёнку понять, что важно объединиться в поиске того решения, при котором никто не будет ущемлён. Важно, чтобы ребёнок поверил в то, что родитель искренне желает его помощи и с уважением относится к его идеям.

Для того, чтобы помочь найти решение проблемы, постарайтесь держать в уме следующие ключевые моменты:

позвольте ребёнку первому предложить своё решение. Вы воспользуетесь своей возможностью позже;

дайте ребёнку достаточно времени для обдумывания его предложений, особенно если он ещё маленький;

будьте открытыми, избегайте оценок, осуждения предлагаемых

ребёнком решений.

В детско-родительских отношениях, как и в любых других, не всё идёт гладко. Порой возникают проблемы и противоречия. Нужно быть готовым к тому, что такой момент наступит и относиться к нему как к нормальному явлению, с которым родитель и ребёнок умеют конструктивно работать.

### **Литература**

Популярная психология для родителей./Под ред.А.А.Бодалева.- М, Педагогика, 1989.

Руководство практического психолога. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы./Под ред. И.В. Дубровиной.-М, 1995.