

Рекомендации по предупреждению конфликтных ситуаций среди подростков

Межличностные конфликты среди подростков

Межличностные конфликты играют существенную роль в формировании новых черт характера и в перестройке личности, а их решение представляет собой острую форму развития - происходит смена структуры личности подростка и формирование новых отношений. Конфликт переводит его участников на качественно новый уровень взаимодействия, который сопровождается ценностной переориентацией, осознанием и формированием личных и групповых интересов, изменением коммуникативной структуры.

По мере взросления роль семьи ослабевает и возрастает роль сверстников. Элементарная поддержка, которую подростки получают от товарищей, чрезвычайно важна для их развития. Существует в подростках нечто такое, что не подвержено изменениям, нечто, что всегда с ними, - их потребность в дружбе. Только дружба возвращает им живую жизнь. Дружба - «дорога жизни» для подростка.

И, тем не менее, роль конфликтов в подростковом возрасте достаточно велика. Как и в любом другом возрасте, конфликты подростков носят как позитивный, так и негативный варианты исхода.

Многие подростки испытывают затруднения в контактах со сверстниками и переживают свое одиночество болезненно. Любые трудности в социальной сфере приводят к нарушению деятельности, отношений, порождают негативные эмоции и переживания, вызывают чувство дискомфорта. Всё это может иметь неблагоприятные последствия для развития личности ребенка.

Психологический дискомфорт в классе, напряженные взаимоотношения с учителями, а затем и с родителями, способствуют тому, что отрицательные формы поведения закрепляются и могут перейти в черты характера. Кроме того, деформация взаимоотношений с окружающими неизбежно ведет к снижению познавательной активности подростка. Может возникнуть общее негативное отношение к школе и к учебной деятельности вообще.

Особенностью этого возраста является то, что подростку подчас легче открыть душу сверстнику (он такой же, он поймет) или даже чужому человеку, чем родителям. Поэтому для сохранения доверительных отношений очень важны такт и выдержка родителей. Если родители сумеют терпеливо и сочувственно отнестись к трудностям подростка, то конфликты во многом сглаживаются.

Характерные в этом возрасте жалобы подростков на непонимание со стороны родителей во многом обоснованы. Родители, особенно в последнее экономически нестабильное время озабочены тем, как обуоть-одеть-накормить своих любимых чад, духовная связь с детьми при этом часто терпит ущерб, уходит на второй план. Многие родители заняты бизнесом, карьерой, самоутверждением, своими «взрослыми» проблемами.

Между тем, растущим, осваивающим социальный мир детям, в первую очередь необходимы поддержка, понимание, мудрый совет своих родителей. Подростки предпочитают обращаться за помощью и поддержкой к родителям и только в эмоциональной поддержке приоритет принадлежит друзьям.

Большая часть конфликтов среди подростков возникает из-за претензий на лидерство в микрогруппах. Межличностные конфликты могут возникать между устоявшимся лидером и набирающим авторитет лидером членом микрогруппы. Конфликтные ситуации могут возникать при взаимодействии лидеров микрогрупп, каждый из которых может претендовать на признание его авторитета всем классом. Лидеры могут втягивать в конфликты своих сторонников, расширяя масштабы межличностного конфликта. Конфликтные ситуации между учениками устраняются руководителем класса, который должен найти каждому лидеру свою специфическую сферу лидерования, иногда вместе с родителями.

В этой ситуации формы поведения у юношей и девушек существенно различаются. Девушки, прежде всего, стремятся к сотрудничеству, затем выбирают компромисс, приспособление, уклоняются от встреч и лишь в крайнем случае идут на соперничество. Среди юношей наиболее предпочтительной формой поведения является соперничество, далее компромисс, сотрудничество, сведение контактов к минимуму, приспособление. Таким образом, в случае возникновения конфликтных ситуаций с учителем старшеклассники выбирают продуктивные формы поведения, хотя юноши более конфликтны, чем девушки.

Также возможным негативным результатом межличностных конфликтов, как с взрослыми, так и со сверстниками, наряду с недоеданием, недосыпанием, эмоциональной холодностью близких подростку людей и ощущением своей ненужности, покинутости, наряду с чувством лишнего в семье или обществе (группе), можно выделить обострение взаимоотношений со всеми взрослыми, в том числе и с учителями (если конфликт происходил с родителями или иными близкими людьми), формирование негативного отношения к учебной деятельности и к школе в целом. Указанные причины приводят к усилению недоброжелательных отношений с ближайшим окружением, в том числе и со сверстниками, создают ситуацию хронического психологического дистресса, который, в свою очередь, отражается на психическом и физическом состоянии, приводя к неврозам или, в крайнем случае, к суицидам.

Ребенок часто вступает в межличностные конфликты. Чувство «взрослости», рост самосознания, пробуждение интереса к противоположному полу можно отнести к новообразованиям подросткового возраста. Подросток уже чувствует себя полноценной личностью и отстаивает свое право на самостоятельность суждений и на принятие решений. Он пытается занять активную позицию. Но реализовать себя в какой-либо области ему еще трудно. Поэтому для него характерна показная «взрослость», отстаивание которой часто оборачивается конфликтами с окружающими.

Конфликтным действиям также способствует множество других причин, как психологических, так и ряд социальных причин. В этот переломный период родители должны быть вместе с детьми. С их стороны позиция должна быть определенной и твердой. Чрезмерная опека и большое количество требований может привести к неразрешимым конфликтам. Попустительство, равнодушие, недостаток требовательности родителей не менее вредно для детей в подростковом возрасте. Это приведет к возникновению новых проблем и углублению существующих.

Рекомендации по предупреждению конфликтных ситуаций

- Во-первых, старайтесь избегать скандалов и публичных ссор при ребенке, так это может сформировать у него модель конфликтного поведения, которое он будет переносить на окружающий социум;
- Во-вторых, необходимо адекватно оценивать возможности своего ребенка и не ставить перед ним заведомо неосуществимых задач;
- В-третьих, не будьте равнодушными к проблемам ребенка, старайтесь посещать школу не только в то время, когда проводится родительское собрание, но и в течение четверти;
- В-четвертых, избегайте практики физического наказания, в частности, после посещения родительского собрания. После подобной тактики воспитания конфликты между родителем и ребенком становятся традиционной формой общения, дети перестают доверять не только родителям, но и взрослым вообще, боятся рассказывать о своих проблемах и трудностях, лгут и выкручиваются, становятся замкнутыми, убегают из дома, ищут поддержки на стороне;
- В-пятых, активное слушание побуждает думать и говорить о проблеме, улучшает отношения между детьми и родителями. Оно помогает войти в положение собеседника и увидеть мир под другим углом.
- В-шестых, умеренная дозировка компьютерных игр и телевидения, ограничьте общее количество времени, отведенного для просмотра телепередач, чтобы телевидение не играло доминирующей роли в формировании образа мира у вашего ребенка.
- В-седьмых, лучшим гарантом хорошего самообладания и адекватного поведения у детей является умение родителей владеть собой.

Практические рекомендации родителям и педагогам, как правильно вести себя с детьми, проявляющими агрессию:

1. Спокойное отношение в случае незначительной агрессии.

- В тех случаях, когда агрессия детей и подростков неопасна и объяснима, можно использовать следующие позитивные стратегии: полное игнорирование реакций ребенка / подростка (весьма мощный способ прекращения нежелательного поведения);

- Выражение понимания чувств ребенка («Конечно, тебе обидно, но...»);
- Переключение внимания, предложение какого-либо задания («Помоги мне, пожалуйста, достать посуду с верхней полки, ты ведь выше меня»);
- Позитивное обозначение поведения («Ты злишься потому, что ты устал»).

Так как агрессия естественна для людей, то адекватная и неопасная агрессивная реакция часто не требует вмешательства со стороны. Дети нередко используют агрессию просто для привлечения к ним внимания. Если ребенок-подросток проявляет гнев в допустимых пределах и по вполне объяснимым причинам, нужно позволить ему отреагировать, внимательно выслушать и переключить его внимание на что-то другое.

2. Акцентирование внимания на поступках (поведении), а не на личности.

Проводить четкую границу между поступком и личностью позволяет техника объективного описания поведения. После того как ребенок успокоится, целесообразно обсудить с ним его поведение. Следует описать, как он вел себя во время проявления агрессии, какие слова говорил, какие действия совершал, не давая при этом никакой оценки. Критические высказывания, особенно эмоциональные, вызывают раздражение и протест и уводят от решения проблемы. Анализируя поведение ребенка, важно ограничиться обсуждением конкретных фактов, только того, что произошло «здесь и сейчас», не припоминая прошлых поступков, иначе у ребенка возникнет чувство обиды и он будет не в состоянии критично оценить свое поведение. Вместо распространенного, но неэффективного «чтения морали» лучше показать ему негативные последствия его поведения, убедительно продемонстрировав, что агрессия больше всего вредит ему самому. Очень важно также указать на возможные конструктивные способы поведения в конфликтной ситуации. Один из важных путей снижения агрессии - установление с ребенком обратной связи. Для этого используются следующие приемы: констатация факта («Ты ведешь себя агрессивно»); констатирующий вопрос («Ты злишься?»); раскрытие мотивов агрессивного поведения («Ты хочешь меня обидеть?», «Ты хочешь продемонстрировать силу?»); обнаружение своих собственных чувств по отношению к нежелательному поведению («Мне не нравится, когда со мной говорят в таком тоне», «Я сержусь, когда на меня кто-то громко кричит»); апелляция к правилам («Мы же с тобой договаривались!»).