

Как выйти из конфликта в семье?

Причины конфликтов между родителями и детьми

Конфликты между родителями и детьми, часто встречаемое социальное явление, которое сопутствует взрослению ребёнка и формированию его личности. Конфликты родителей и подростков могут возникнуть и при самых тёплых отношениях они не обходят стороной даже благополучные семьи. Почему возникают конфликты между родителями и детьми? Для ответа на этот актуальный вопрос необходимо понимать природу конфликтной ситуации и знать способы ее урегулирования.

Причины возникновения конфликта и способы его решения

В поисках причин конфликтов между родителями и детьми не стоит углубляться в дебри семейной психологии или социологии – они лежат на поверхности и общеизвестны.

Причины конфликтных ситуаций

Недостаточное внимание или, наоборот, чрезмерный родительский контроль по отношению к подрастающему поколению, отсутствие гармоничной воспитательной политики, нежелание выслушать непременно приведут не только к ссорам и скандалам, но и нанесут вред психологическому развитию подростка.



Столкновение интересов старшего и младшего поколений. Удовлетворение потребностей и желаний одной стороны без учёта интересов и нужд другой приводит к мощным эмоциональным всплескам негативной энергии.

Среди качеств родителей, приводящих к конфликтам в семье, можно выделить консервативный склад ума, приверженность к вредным привычкам, авторитарность мнения. Среди детских качеств к конфликтам приводят эгоизм, непослушание, плохая успеваемость в школе, упрямство, лень и лживость. Такое противоречие обязательно найдёт выход в виде ссоры.

Отсутствие гармонии в семье. Если в основе взаимоотношений супругов лежит неприязнь друг к другу, то уровень психологического напряжения в семье будет иметь тенденцию к нарастанию. Атмосфера постоянной вражды между родителями может привести к психическим отклонениям в развитии ребёнка.

Проблемы бытового и социального характера. Часто родители переносят негатив от груза проблем в общение со своими детьми, что приводит к формированию у ребенка комплексов и чувства вины.

Неспособность или нежелание родителей ограничивать слишком вольное поведение детей. Ребенок, чувствуя собственную безнаказанность и вседозволенность, начинает вести себя соответственно. И неприятности приходят в виде проблем с законом, в отношениях со сверстниками и родителями.

Психологическая незрелость родителей. Отсутствие у старшего поколения мудрости общения с ребенком и элементарных знаний об особенностях воспитания являются причинами недопонимания и разногласий.

Возрастная составляющая. У каждого периода развития ребенка есть свои характерные нюансы, которые родители должны учитывать при общении с ним.

Психологи выделяют два таких возрастных периода:

младший школьный возраст – в этот период социальной адаптации критика со стороны взрослых воспринимается особенно остро;

подростковый период – этап, когда все внутренние противоречия ребёнка выйдут наружу, у подростка возникает желание выразить протест не только школе, учителям и сверстникам, но и всему миру.

Способы разрешения спорных и конфликтных ситуаций

Воспитание у родителей способности идти на уступки и искать компромисс. Нахождение подходящей альтернативы даёт возможность каждому участнику спора понять друг друга и найти конструктивное решение. Родителям необходимо осознавать, что поиск компромиссного решения это не предоставление ребёнку «стандартного набора» советов и инструкций, а оказание ему помощи в выборе оптимальной модели поведения и в осознании ответственности за принятое решение.

Способность рассматривать конфликты родителей и подростков не как проблему, а как сигнал о пробелах в воспитательном процессе. Следует проявить внимание по отношению к ребёнку, осознать тот факт, что взгляды на жизнь у родителей и детей могут существенно различаться.

Родителям следует восполнить пробелы в своих знаниях в воспитании детей. Каждый этап взросления сопровождается типичными для этого периода конфликтами. Но знающие родители умеют контролировать эти процессы и знают, как предотвратить развитие обычных разногласий в более негативную ситуацию.

Формирование общих семейных увлечений. Необходимо, чтобы каждый член семьи в случае возникновения конфликтной ситуации имел возможность трансформировать негативную энергию в положительную. Общие интересы помогут семье не только скорее примириться после ссоры, но и предоставят отличительную возможность отвлечься и избавиться от разрушительной агрессии.

Распределение обязанностей по ведению домашнего хозяйства между всеми членами семьи. Каждый, будь то взрослый или ребенок, должен принимать участие в домашних делах. Когда все обязанности взваливаются на одного человека, это непременно приводит к обидам и спорам. Кроме того, поручение детям несложных дел развивает в них чувство ответственности и осознание своей значимости в социуме.

Постоянное доверительное общение взрослых с ребенком, понимание его внутреннего мира. Важно не оставлять ребёнка наедине с собственными переживаниями, необходимо научиться слушать и сопереживать, проявлять поддержку и заботу.

Контроль раздражения и недовольства. Прежде чем выплеснуть эмоции, нужно вспомнить, что ребёнок всего лишь копирует поведение своих самых близких людей – родителей. В конфликтных ситуациях поведение подрастающего поколения во многом зависит от того, какой пример им был подан взрослыми.

Предоставление ребёнку права выбора. Данный пункт имеет особое значение в подростковом периоде, когда желание свободы превышает все допустимые пределы. Край-

не важно на этом этапе относиться к подростку как к самостоятельной личности, принимать его интересы, уважать личное пространство, считаться с его позицией.

Терпимость к недостаткам. Ни в коем случае нельзя сравнивать своих детей с кем-либо еще – каждый ребёнок индивидуален и уникален. Вместо того чтобы искать

изъяны, лучше дать ребёнку возможность проявить себя как самостоятельной и индивидуальной личности.

Конечно, все это должно проходить под незаметным контролем взрослых.

В большинстве случаев отсутствие взаимопонимания и желания учитывать мнение друг друга являются главной причиной семейных скандалов. В результате радостная семейная жизнь превращается в постоянные дразги и конфликты с родителями. Если перестать руководствоваться исключительно своими интересами, то любую ситуацию можно разрешить так, что все стороны останутся довольны. Это позволит сгладить конфликты, улучшить психологическую атмосферу в семье и наладить отношения между родителями.

