**Консультация**

**«Трудности общения. Конфликты между подростками, основные причины конфликтов.**

**Любовь и дружба в подростковом возрасте»**

Конфликт – столкновение противоположно направленных целей, интересов, позиций, мнений или взглядов оппонентов или субъектов взаимодействия.

**Причины конфликтов среди детей:**

-Изменение объективного положения подростка в жизни.

-Обновление мотивационной сферы. Если раньше ведущим типом деятельности была учеба, то теперь – взаимодействие со сверстниками.

-Противоречие между повышением его потребностей и ограниченностью средств.

-Самоутверждение.

-Неадекватная самооценка.

-Соотнесение себя с “эталоном взрослости”.

-Конфликтность как черта личности.

Есть 5 способов разрешения конфликтных ситуаций: компромисс, приспособление, избегание, сотрудничество, соперничество.

Стиль конкуренции – один из участников конфликта достигает своей цели путём подавления другого. Результат – конфликт «загоняется» вглубь: психологическое напряжение, дискомфорт, неблагоприятное эмоциональное состояние соперника;

Стиль уклонения – один из участников уходит от конфликта, избегает его. Это происходит в следующих ситуациях: когда он чувствует себя неправым, ощущает безнадёжность ситуации, не хочет тратить силы. Уклоняющийся не получает полного удовлетворения от такого разрешения конфликта;

Стиль приспособления – участник конфликта подчиняется другому, делает то, что он требует, перестаёт отстаивать свои интересы. Человек жертвует иногда не только своими интересами, но и достоинством;

Стиль компромисса – участники конфликта частично уступают друг другу, заключают как бы временное перемирие. Это поверхностный уровень решения проблемы, так как конфликт не разрешается полностью, а лишь откладывается;

Стиль сотрудничества – происходит открытое обсуждение возникшей конфликтной ситуации, нужд и желаний каждого человека, поиск решения, позволяющего удовлетворить каждого.

**А теперь немного отвлечемся…**

Сядьте поудобнее, закройте глаза и представьте на минуту, будто вы – яблоко. Спелое, сочное, красивое, ароматное, наливное яблоко, которое живописно висит на веточке. Все любуются вами, восхищаются. Вдруг откуда ни возьмись подползает к вам червяк и говорит: «Сейчас я тебя буду есть!». Что бы вы ответили червяку? Обдумайте свой ответ.

Я уверена, что вы по-разному отреагировали на эту ситуацию, доказав, что мы разные и по-разному ведём себя в конфликтах.

По ответам определите, какой способ выхода из конфликтной ситуации вы предпочитаете.

Конкуренция: «Сейчас как упаду на тебя и раздавлю!»

Избегание: «Вон, посмотри, какая там симпатичная груша!»

Компромисс: «Ну, хорошо, откуси половинку, остальное оставь моим любимым хозяевам!»

Приспособление: Такая, видимо, у меня доля тяжкая!»

Сотрудничество: «Посмотри, на земле есть уже упавшие яблоки, ты их ешь, они тоже вкусные!»

**Стиль сотрудничества** – это наиболее оптимальный стиль поведения в конфликтной ситуации, так как конструктивное разрешение конфликта предполагает достижение совместной цели при условии удовлетворённости партнёров.

Таким образом, при избегании ни одна из сторон не достигает успеха. При соперничестве и приспособлении одна сторона оказывается в выигрыше, а другая проигрывает. И только при сотрудничестве и компромиссе в выигрыше оказываются обе стороны.

**Правила разрешения конфликтов у подростка родителем:**

Правило 1. Не всегда следует вмешиваться в ссоры между детьми. Не мешайте детям получать такой жизненно важный опыт. Однако бывают ситуации, когда вмешательство взрослого необходимо.

Правило 2. Вмешиваясь в детский конфликт, никогда не занимайте сразу позицию своего ребёнка, старайтесь вникнуть в суть конфликта.

Правило 3. Попробуйте приучить детей к мысли, что, кто бы ни начал ссору, ответственность за дальнейшее развитие событий несут всегда двое. Поэтому, вмешиваясь в общение детей, старайтесь показать им, как можно найти способ выхода из трудной ситуации, который устроил бы их обоих, делайте акцент не на «кто виноват?», а на «что делать?».

Правило 4. Помогая детям выйти из конфликта и освободиться от накопившейся обиды и злости, следите за тем, чтобы они не переходили на личности.

Более дружным является тот классный коллектив, в котором родители общаются между собой и готовы тратить силы и время на создание в классе безопасной и интересной среды.

**УЧИТЕ ДЕТЕЙ РАЗРЕШАТЬ КОНФЛИКТЫ СЛОВАМИ И НЕ ПЕРЕВОДИТЬ КОНФЛИКТ В ДРАКУ!**

**Любовь и дружба в подростковом возрасте**

Подростковая любовь – это нечто особенное, отличающееся от любви взрослых. Родителям надо много знать об особенностях подростковой психологии, чтобы «не наломать дров» во время беседы с сыном или дочерью. Ведь здесь главное не навредить, а помочь. Иногда родители внезапно застают дома свою дочку, которая целуется с молодым человеком, практически своим ровесником. Взрослых охватывает ужас. В такие минуты они обладают особенностью забывать о том, что когда-то сами были подростками, и их первый поцелуй тоже мог быть ранним. И что страшного произошло? Ваш ребёнок уже вырос. Вопрос у родителей только один: «Как вести себя в этой ситуации?».

Самое главное – не кричать! Здесь необходима, в первую очередь, доверительная беседа и не забывайте, пожалуйста, что это не допрос. Вопросы могут быть, но только о чувствах, которые вы, дорогие родители, должны уважать. Например, «Что ты чувствуешь по отношению к Тане?», «Как ты представляешь ваши отношения?».

В период подросткового созревания мощными темпами идёт гормональное развитие, на его фоне меняется абсолютно всё. На сознании это тоже сказывается. Период полового созревания достаточно активный. Ваш ребёнок сам часто не понимает причины резких перемен в настроении. Женщина может вспомнить своё состояние беременности, вот поэтому маме бывает легче понять своего ребёнка, чем отцу. Подросток меняется внешне. Для него очень важна оценка друзьями его внешнего вида, поэтому здесь родителям нужно проявить максимум такта. Не вырабатывайте у своих детей неуверенность и комплекс неполноценности.

Подросток может влюбляться и не раз, он постоянно верит в то, что это всерьёз и надолго. В пору влюблённости уходит гулять, ему необходимо общение с друзьями и объектом своего обожания. Здесь обсуждается всё, включая интимные отношения, о которых родители говорят стыдливо и неохотно, но подросткам ещё сложно контролировать себя, незнание определённых правил поведения тоже загоняет в тупик. Не всегда интимные отношения в такой паре связаны с первой влюблённостью. Для некоторых – это просто эксперимент. Задача родителей в этот период – быть готовыми к обсуждению любых вопросов сексуальной жизни. Не нужно стесняться, расскажите ребёнку об этом, конечно, корректно и вежливо, иначе он всё узнает там, на улице, у своих друзей. Представляете, какие там познания физиологии и гигиены? Маме легче говорить с дочкой, папе – с сыном. Здесь важно дать понять, как выстраивать отношения с противоположным полом.

Любовь в подростковом возрасте, конечно, нестабильна. Самое главное, вы для своего ребёнка должны стать другом! Тогда он всегда будет приходить к вам и рассказывать о том, что его так сильно тревожит. Будьте терпимее к ситуации, не забывайте, что первые чувства всегда болезненны. Если хотите помочь – дайте верный совет, а не отмахивайтесь от ребёнка со словами: «Тебе ещё рано». Вот тогда он точно уйдёт «спрашивать совета» у друзей. Ваш ребёнок должен понять, что вы его любите и принимаете его проблемы. Каждому родителю просто необходимо завоевать уважение у ребёнка-подростка, хотя это нужно в любом возрасте. Говорите дома о любви, дайте понять своим детям, что любовь прекрасна, но к ней себя нужно готовить.

Родители, не принявшие своего ребенка в его новом, а потому непонятном для них состоянии, по сути, превращаются в преследователей. Подросток чувствует себя жертвой и защищается, как может. Он бунтует, уходит или замыкается в себе. Он будет молчать, демонстративно игнорируя вас. Вы перестанете быть в курсе его дел, не сможете влиять на его поступки — одним словом, потеряете авторитет. Допускать этого ни в коем случае нельзя, ведь уважение, потерянное в одно мгновение, не может быть восстановлено так же быстро. В этот тяжелый для подростка период в его голову могут прийти самые ужасные мысли (от решения бросить школу до попыток суицида). В редких и страшных случаях родители узнают об этом слишком поздно. Поэтому не отталкивайте неосторожными словами и насмешками своего влюбленного ребенка. Поддержите его, вызовите на откровенный разговор. Расскажите, наконец, и о своей первой любви. Такие задушевные беседы очень сближают и становятся ступенькой к полному взаимному доверию.

Не говорите об «объекте любви» пренебрежительно и оскорбительно — тем самым вы унизите вашего ребенка, указав на то, что он сделал неправильный выбор. Помните: первая любовь подростка в его глазах идеальна! Наберитесь терпения — со временем первые эмоции пройдут, и он сам начнет отличать черное от белого.

Если ребенок был с вами откровенен, рассказал о том, что его волнует, ни в коем случае потом не используйте эти признания против него! Достаточно лишь однажды в запале ссоры сказать: «Надо об учебе думать, а не в подъезде целоваться!» или «Лучше бы физикой занялся, а не сочинением стихов для какой-то вертихвостки!», — и ребенок вам этого не простит. Поняв, что зря доверил вам свою тайну, он замкнется в себе.