** Решение детско-родительских конфликтов**

***«Воспитывать — это не только говорить детям хорошие слова, наставлять и назидать, а прежде всего самому жить так, чтобы быть лучшим образцом для своего ребенка. Тот, кто хочет достойно исполнить свой родительский долг, оставить в детях добрую память о себе, которая служила бы потомству заветом как жить, тот должен начать воспитание с самого себя»***

***Себастьян Брант***

     Родители и дети «воюют» по поводу и без повода, каждый доказывает, свою правоту и каждый по-своему прав. Именно на этот период времени попадает самое большое обращение родителей к учителям, психологам и другим людям за помощью в разрешении конфликтной ситуации.

Подростковый период нередко называют периодом «гормональной дури». У подростка происходит поиск и становление своего «я» — это стремление освободиться от влияния взрослых и общаться со сверстниками. Такие реакции порождают меньше конфликтов и проходят мягче в тех семьях, где присутствует уважение друг к другу, взаимопонимание, где подросток, как и остальные члены семьи, имеет право голоса, где у всех есть права и обязанности.

**Что такое конфликт?** Конфликт – это опасение хотя бы одной стороны, что её интересы нарушает, ущемляет, игнорирует другая сторона. Конфликт – это спор, ссора, скандал, в которых стороны не скупятся на взаимные упрёки и оскорбления.

Самое страшное в конфликте – это чувства, которые испытывают люди друг к другу. Страх, злоба, обида, раздражение, ненависть – главные чувства конфликтов.

*«От любви до ненависти один шаг, от ненависти к любви — километры шагов» Сенека*

Без конфликтов жизнь невозможна, нужно научиться их конструктивно разрешать.

Для того, чтобы научиться разрешать конфликтную ситуацию, нужно научиться осознавать масштабы и детали разногласий и открыто обсуждать их. Заглаживание конфликтной ситуации, уход от ее решения может привести к проблемам куда более серьезным:

* проблемы физического плана, связанные со здоровьем;
* проблемы психологического плана (уход в себя, в свою душевную боль, изменение характера человека, психическое расстройство, суицид и т. д.);
* проблемы социального плана (потеря семьи, развод, потеря работы, потеря себя).

**Причины конфликтов родителей с подростками**

*Подростки в конфликте:*

1. Кризис переходного возраста;

2. Стремление к самостоятельности и самоопределению;

3. Требование большей автономии во всем — от одежды до помещения;

4. Привычка к конфликту, воспитанная поведением взрослых в семье;

5. Бравирование подростка своими правами перед сверстниками и авторитетными для него людьми

*. Родители в конфликте:*

1. Нежелание признавать, что ребенок стал взрослым;

2. Боязнь выпустить ребенка из гнезда, неверие в его силы;

3. Проецирование поведения ребенка на себя в его возрасте;

4. Борьба за собственную власть и авторитетность;

5. Отсутствие понимания между взрослыми в воспитании ребенка;

**Как правильно решить детско-родительский конфликт?**

Нет таких родителей, которые не желали бы своим детям только добра. Тогда почему же возникают конфликты между старшими членами семьи и младшими? Дело, наверное, в том, как именно реализуются родительские добрые намерения. Конфликтные ситуации в семье неминуемы. И проблема не в том, как часто они возникают, а каким путем решаются, с какими чувствами выходят из ситуации, которая сложилась, и родители, и дети. Именно родители, как более мудрые и опытные члены семьи должны точно знать как быстро и безболезненно решать конфликтные ситуации.

**Как же правильно вести себя родителям для того чтобы решить детско-родительский конфликт и попытаться сделать так, чтобы он не усугубился:**

* Правильно выбирайте время. Не нужно начинать серьезный разговор с ребенком поздно вечером, когда он расслаблен и занят любимым занятием либо когда он меньше всего этого ожидает.
* Говорите только про конкретную проблему. Не стоит вспоминать все плохие поступки ребенка, прошлые или будущие. Привести это может к возникновению еще большего напряжения между вами.
* Избегайте обобщений. Не употребляйте выражений «ты всегда» или «ты никогда» - это отвлечет вас от основной проблемы, которую вы пытаетесь решить.
* Не имейте привычку добиваться своего за счет снижения статуса вашего ребенка. Аргументы вроде «я старше, мудрее и опытнее», может и в состоянии заставить ребенка согласиться либо замолчать, но проблему решить не помогут. Аргументируйте разумно.
* Слушайте, что говорит ребенок. Каждый раз, когда вы внимательно слушаете, тем самым вы показываете, что прислушиваетесь к мыслям и мнению ребенка.
* Не используйте ярлыки. Когда вы используйте ярлыки, например, слова «упертый», «ленивый», «безответственный», «непослушный», то тем самым даете понять ребенку, что он совсем никчемный. И еще, слыша постоянно ярлыки, которые вы сгоряча на него вешаете, он действительно со временем станет именно таким, как вы говорите.
* Не предсказывайте будущее. «Ты никогда не изменишься», «тебе будет сложно жить с таким характером» и так далее. Такие утверждения только отвлекают от начальной проблемы. Еще они ограждают вас от необходимости прилагать старания и усилия для создания хороших и доверительных отношений с вашим чадом.
* Не применяйте сарказм. Сказав саркастическим тоном: «Ты такой замечательный…», вы вкладываете в данную фразу мысль, что ребенок – полный дурак, и, к тому же, подчеркиваете, что не несете ответственности за это.
* Подумайте хорошо перед тем, как играть роль страдальца. Самый жестокий вариант – угрожать болезнью или своей смертью, в том случае, если ребенок не исправится. Это просто манипулирование.
* Деньги – это не аргумент. «Когда будешь сам зарабатывать, тогда тебе будет дозволено высказывать собственное мнение». Вы обязаны уважать личность ребенка, позволять ему самому принимать решения и делать выбор, высказывать свою точку зрения. Заработанные деньги здесь совершенно не причем!
* И обратите внимание на собственное поведение. Вы застали ребенка за курением и требуете объяснений, в то время как сами грешите этой вредной привычкой. Прежде чем требовать чего-то от ребенка, подумайте, а сами вы соответствуете этим требованиям? Помните! Когда ребенок позволяет себе проявлять негативные эмоции по отношению к вам – это не означает, что он перестал любить и уважать вас! Не делайте ошибок и берегите теплые отношения со своими близкими, особенно с детьми.