

Конфликты в подростковом возрасте

Тема конфликта неисчерпаема. Это одна из проблем, которую можно назвать извечной. Пока существуют люди, пока развивается общество, существуют и споры, приводящие к конфликтным ситуациям. Споры с самим собой, познание себя, самоутверждение и самореализация приводит к конфликтам внутри себя. Этот конфликт в большей мере свойственен подростку, переживающему очередной возрастной кризис, один из самых сложных и острых кризисов. Кроме внутриличностного конфликта, подросток сталкивается с различными ситуациями и проблемами, которые приводят его к конфликту.

Вот основные типы и причины конфликтов у подростка:

- внутриличностный конфликт
 - такой конфликт может возникнуть при низкой удовлетворённости жизнью, друзьями, учебой, отношениями со сверстниками, малой уверенностью в себе и близких людях, а также со стрессом.
- межличностный конфликт
 - когда люди с различными взглядами, чертами характера совсем не могут ладить друг с другом, в корне различаются взгляды и цели таких людей
- конфликт между личностью и группой
 - может возникнуть конфликт, если эта личность займет позицию, отличающуюся от позиций группы, например, весь класс срывает урок, а один подросток остается в классе...несмотря на его устойчивую нравственную позицию, его отношения с классом будут конфликтом, так как он идет против мнения группы
- межгрупповой конфликт
 - возникает из-за противоречий и идейных установок двух различных групп

Итак, совсем еще недавно ребенок был милым и очаровательным, а сейчас вступает в то специфическое состояние, которое принято называть "подростковым возрастом". О "кризисе подросткового возраста" знают сейчас очень многие родители. Кто-то из родителей вспоминает свое отрочество с легкостью и удовольствием, а у кого-то эти воспоминания вызывают неприятные чувства и даже боль. Конечно "легких" возрастов не бывает, не успели мы отдышаться и тут же нас подстерегает очередной кризис. Но все же кризис отрочества, пожалуй, действительно самый острый и болезненный для всей семьи.

В первую очередь начало подросткового периода связано с физиологическими изменениями. И это неизбежно сказывается на поведении и взаимодействии с окружающими. Прежде всего, вступают в дело физиологические и гормональные процессы, связанные с интенсивным созреванием организма. Эти процессы оказывают воздействие как на самих подростков, так и на родителей. Но проблемы физиологии обостряются кризисами из предшествующих стадий развития ребенка. Проявление таких

качеств как отделение себя от родителей и их опеки, всю проявляемая инициатива – это потребность обрести свою собственную власть над собственной жизнью. Появляется конфликт, который основан на недавнем кризисе развития 7 лет (компетентность или неуспешность). Если в период начальной школы у ребенка сформировалось такое качество, как компетентность, ему легче адаптироваться в новых условиях, связанных с обретением власти над собственной жизнью, так как у него довольно устойчивые интересы и стремления. Если же из этого возраста ребенок вынес «неуспешность», возникнет конфликт, связанный с адаптацией к новому состоянию подростка. Плюс ко всему вся ситуация происходит на фоне того, насколько родители и ближайшее окружение подростка готовы к тому, чтобы принять его и понять.

Отношения с родителями несут на себе еще один конфликт. Когда ребенок находится на ранней стадии развития, он переживает самый первый свой конфликт, в котором закладывается его доверие или недоверие к миру. Ребенок, привыкший доверять родителям, дружелюбен и общителен с другими взрослыми, с ним можно договориться. И если родители не оказывают на него лишнего давления, сохраняют дружеские отношения, конфликт, как правило, сглажен, не причиняет подростку лишних переживаний, не вызывает желание делать все наперекор. А вот если в младенчестве ребенок испытал боль, отчуждение, закладывается конфликт или базовое недоверие к миру. Такой ребенок, как правило, замкнут, необщителен, мало кому доверяет, неуверен в себе. Когда подходит пора подросткового возраста, такой ребенок часто вступает в конфликты, бывает агрессивен и раздражителен. Договориться с ним бывает очень сложно, так как мало кто из взрослых имеет доступ к душе такого ребенка.

Как же выражаются все эти конфликты в семье. Как правило, внутренний конфликт проявляется у подростка впадением из крайности в крайность. То он рассуждает и ведет себя как совершенно взрослый, умудренный опытом человек, то, вдруг, безо всякой видимой причины превращается в инфантильного, капризного ребенка. То он готов принимать решения и ответственность по очень серьезным вопросам (и требует, чтобы ему позволили это делать), то оказывается абсолютно безответственным в давно обговоренных вещах (постирать свои носки и вынести мусор). Вдруг начинают меняться привычки, поведение становится абсолютно другим, манера разговаривать, мимика, жесты, поведение – все меняется. Появляются новые интересы, причем все сразу и одновременно. Меняется круг общения и компания становится строго избирательной. «13-летняя Ира М. заявила своим родителям, которых она стала звать «предки», что с завтрашнего дня она становится скейтбордисткой, так как в ее кругу общения все ездят на скейтах, носят специальную одежду. Родители купили скейт и все аксессуары. Через месяц она сообщает, что теперь она рэперша, при этом ведет себя странно, использует сленг и движения своих новых кумиров. Еще через месяц она записывается в студию восточных танцев, так как «все девчонки» уже сто лет туда ходят. При этом она начинает спорить с

учителями в школе и пропадать вечерами во дворе». Понятно, что такие «зашкаливания» нагнетают напряжение в семье, задают неровный, "рваный" ритм жизни для всех ее членов. Более того, поскольку большинство подростков ведут себя таким образом не только дома, это создает сложные, иногда критические ситуации, расхлебывать которые нередко приходится мамам и папам.

Как же быть и чем помочь подростку?..

Конфликты в подростковом возрасте

Как же быть и чем помочь подростку?

Во-первых, не забывать, что основой такого поведения является потребность обрести власть над своей жизнью, отделиться, стать независимым от взрослых.

Во-вторых, не забывать, что часто его уверенность, что он все сможет и все знает – иллюзия того, что он способен стать хозяином собственной жизни.

Стремление быть независимым проявляется, в первую очередь, в отрицании традиций, поведенческих норм, способов подавать себя, манеры одеваться, принятых в обществе. Хотя где-то в глубине души подросток ощущает потребность в авторитете.

Это противоречие нередко вызывает особенно болезненную реакцию у взрослых и служит дополнительным катализатором конфликтов. И родители гордо произносят подобные фразы: "Если ты такой умный, не обращай ко мне за деньгами, зарабатывай сам!" "Если ты такая взрослая, не плачься теперь и не обвиняй всех подряд. Ты ведь не слушала меня, когда я тебе говорила, что этот парень не внушает мне доверия!" Такие или подобные фразы звучат довольно часто в семье подростка. Причину подобной реакции взрослых В. Сатир видела, в частности, в том, что "...большинство родителей сами еще не до конца пережили свой подростковый возраст. И они вовсе не чувствуют себя наставниками, умудренными опытом". Многие из них, столкнувшись в общем-то с обыденными подростковыми проблемами своих детей, отнюдь не связанными с употреблением наркотиков, участием в криминальных группировках или ранней беременностью - разводили руками и честно признавались: "Я совершенно не представляю, что с этим делать". Для таких родителей проявление подростком здоровой и необходимой потребности в обретении контроля над собственной жизнью, является недопустимым и из ряда вон выходящим поведением. Они воспринимают действия сына или дочери как претензию на контроль и власть и над их жизнью тоже.

В итоге поведение подростка, которое внешне выглядит, как отрицание и обесценивание авторитетных взрослых выглядит в глазах родителей как вызов. Контекст: "Я уже могу и хочу многое решать и делать самостоятельно. Пожалуйста, дайте мне такую возможность!", читается как: "Я теперь главный! Будет так, как я скажу!" В результате в семье начинается элементарная борьба за власть. На определенное поведение

подростка следует абсолютно неадекватная реакция родителей. А дальше пошла цепная реакция: бунт подростка, бунт убеждает родителей в том, что они увидели его негатив. В итоге реакция родителей – непонимание того, что на самом деле хотел подросток.

Возникает порочный круг. Положение усугубляется тем, что обе стороны находят подкрепление безупречности собственной позиции в реально существующих обстоятельствах. Для родителей - это, например, забота о здоровье, безопасности и благополучии своих детей. Для подростка - убежденность в том, что он не собирается делать ничего дурного и предосудительного, но его не слышат, не понимают и не желают с ним считаться.

Все это может быть следующим образом:

Сын: Мама! Я сегодня пойду на тусовку агрессив-роллеров и задержусь до одиннадцати. (Не нужно беспокоиться за меня. Со мной все будет в порядке!).

Мать: (Хм, до одиннадцати... С кем это он пойдет? И куда? Он уже не считает нужным даже спросить разрешения! Просто ставит меня в известность! Если так пойдет дальше, скоро он вообще заявит, что не придет домой ночевать!) А не рановато тебе до одиннадцати торчать неизвестно где? Чтобы в девять был дома! И, вообще, лучше заняться уроками!

Д: Ну мама! Я уже обещал! (Как ты можешь со мной так поступать! Что скажут ребята! Я уже не маменькин сынок!)

М: Напрасно ты даешь такие обещания, не спросив взрослых! Мы еще поговорим об этом, когда придет с работы отец!

Д: ... (...! Зря я вообще ей сказал! Прав Серега! Предкам лучше ничего не говорить и все делать по-своему. Поорут и успокоятся!)

Через пару недель. На часах - пол- двенадцатого вечера. Мать мечется от телефона к окну: "Господи! Наверняка случилось что-то ужасное! Он всегда предупреждает, когда задерживается!" Папа на кухне нахмурившись, достает успокоительное. Раздается звонок... На пороге стоит сын...

М: Слава Богу! Жив, здоров! (Какое счастье! С ним все в порядке!). Я думала, я с ума сойду! (О родителях даже не подумал! Вот они, эти компании и тусовки! Я так и знала! Во что он превратится, если так пойдет дальше!). Тебе только-только исполнилось пятнадцать, а ты уже начал шататься по ночам! В страшном сне не могла представить, что мой сын будет бездельником и алкоголиком, а там и до наркотиков не далеко!

Это, разумеется, пример совершенно деструктивного взаимодействия между подростком и взрослыми. Происходит это, в первую очередь, в семьях, не сумевших по той или иной причине благополучно решить проблемы взаимоотношений, возникавшие на более ранних стадиях развития ребенка. Но и родители, строившие отношения с детьми и друг с другом на основе любви с открытыми глазами и творчески решавшие задачи, иной раз чувствуют себя обескураженными, столкнувшись с обострением вроде бы благополучно разрешенных конфликтов. На самом деле, все то, чего

родители сумели достичь раньше, все те качества личности, которые приобрел ребенок, никуда не исчезли. Не исчезла и любовь сына или дочери к родителям и потребность в родительском участии и поддержке, которая, кстати, стала еще более нужной и важной.

Немаловажным становятся и последствия конфликтов. В силу особенностей самого конфликта, его силы и значимости для подростка, его психологических характеристик, конфликт переживается подростком по-разному.

Даже подросток с такой характеристикой «...Любит потрепаться на любые темы в любое время, распорядок дня отсутствует, неряшливый и беззаботный внешне, любит болтаться с друзьями, сидеть за компьютером в чате, увлекается тем, чем увлекается компания, то есть любимое занятие – ничегонеделанье...» может испытывать сильный стресс, таких подростков беспокоят любые конфликты, даже если они к ним не относятся напрямую. Если подросток обнаружил, что он находится в открытом конфликте с другим человеком, то страдает он от этого больше, чем представитель любого другого типа личности. Первое желание подростка - уклониться от конфликта в надежде, что он разрешится сам по себе, поэтому ему свойственно оправдывать других "за недостатком улик" и извинять даже их неприличное поведение. Если предмет конфликта или вовлеченные в него люди значимы для старшеклассника, то он может прибегнуть к двум основным стилям поведения: приспособление (односторонняя уступка) и компромисс (взаимная уступка). При этом уступка по сути своей направлена скорее всего на спасение хороших отношений между людьми, чем на разрешение проблемы.

Результатом конфликта может быть стресс, последствия которого могут обернуться для подростка очень критично, вплоть до депрессии и других серьезных расстройств.

Если все же конфликт вызвал стресс, если есть подозрение, что подросток пребывает в стрессовом состоянии, то рекомендуется придерживаться следующей стратегии:

- не нужно возлагать на подростка свои ожидания и не надо предъявлять ему много претензий;
- разделять чувства подростка – очень хороший момент, но не нужно перегибать палку, залезая глубоко в душу и наводя там порядок, постарайтесь подкорректировать его умение правильно оценивать проблему;
- нужно стать терпеливым и внимательным слушателем: если тинейджер способен рассказывать о своих проблемах, значит еще не все потеряно и он сможет с ними бороться;
- предотвращайте самонаказание, не позволяйте ребенку стать затворником и, по возможности, вытаскивайте его из дома, не поощряйте его склонность к самообвинению;
- будьте доступны и всегда готовы найти время для общения с подростком;
- подкрепляйте положительные качества подростка;

- стимулируйте занятия физическими упражнениями и поощряйте любое увлечение спортом;
- если подросток начинает избегать вас и других людей, обращайтесь за профессиональной психологической помощью.

Если помочь подростку справиться с собственными внутриличностными конфликтами и поддерживать дома здоровую, дружелюбную и принимающую атмосферу – это уже большая часть гарантии того, что он сможет справиться с более серьезными конфликтами, которые ожидают его в будущем.