



Пути преодоления конфликта между родителями и подростком

Порой родители подавляют желания подростка, и он вынужден отступить, подчиниться, затаив обиду на взрослых, порой родители уступают подростку, испытывая чувства возмущения, бессилия и обиды. Оба эти метода не лучше, хотя бы потому, что кто-то неизбежно оказывается в проигрыше. Но возможен и беспроигрышный вариант, который воплощает поиск решения, удовлетворяющего потребности обеих сторон – и родителей, и ребёнка. Поиск решения достигается при помощи особой методики – «шесть шагов».

Первый шаг

Определение проблемы. Здесь необходимо выяснить причины неприемлемого поведения ребенка или взрослого. С этой целью полезнее всего внимательно его выслушать, а затем сообщить ему о своих потребностях и переживаниях.

Второй шаг

Поиск возможных вариантов решения. Искать их надо вместе. Сначала полезно перебрать все приходящие в голову варианты, даже если они, на первый взгляд, кажутся непригодными. Это может быть своеобразный «мозговой шторм», когда предлагается любая идея и ни одна не критикуется.

Третий шаг

Обсуждение и оценка предложенных вариантов решения. Исходный принцип здесь один; должны быть удовлетворены потребности обеих сторон – и ребенка, и взрослого.

Четвёртый шаг

Выбор лучшего решения. При этом нужно задавать друг другу вопросы: «Если мы используем эту идею, что получится? Будет ли каждый доволен? В чем ошибка этого варианта решения?»

Пятый шаг

Определить, как выполнить это решение: что надо сделать.

Шестой шаг

Оценка, насколько хорошо намеченный способ действия разрешает проблему. При этом полезно спросить друг друга: «Исчезла ли проблема? Вы довольны тем, что мы сделали?»

Источник: <https://tgmktula.ru/wp-content/uploads/2018/06/рекомендации-родителям.pdf>

