|  |  |
| --- | --- |
| *Памятка для родителей**«как избежать конфликта»****Уважаемые папы и мамы!***Конфликтная ситуация может коренным образом изменить вашу жизнь! Постарайтесь, чтобы эти изменения были в лучшую сторону!1. Прежде чем вы вступите в конфликтную ситуацию, подумайтенад тем, какой результат от этого вы хотите получить.
2. Утвердитесь в том, что этот результат для вас действительно ва­жен.
3. В конфликте признавайте не только свои интересы, но и интере­сы другого человека.
4. Соблюдайте этику поведения в конфликтной ситуации, решайтепроблему, а не сводите счеты.
5. Будьте тверды и открыты, если убеждены в своей правоте.
6. Заставьте себя слышать доводы своего оппонента.
7. Не унижайте и не оскорбляйте другого человека для того, чтобыпотом не сгорать со стыда при встрече с ним и не мучаться раскаянием.
8. Будьте справедливы и честны в конфликте, не жалейте себя.
9. Умейте вовремя остановиться, чтобы не остаться без оппонента
10. Дорожите собственным уважением к самому себе, решаясь идтина конфликт с тем, кто слабее вас.

***Полезная информация***Подростковую психику 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 делать родителям, чтобы сохранить любовь и уважение своих под­росших детей?***1. Не следует видеть в самостоятельности ребенка угрозу его ли­-шиться.
2. Помните, что ребенку нужна не столько самостоятельность,сколько право на нее.
3. Чтобы ребенок выполнил то, что вам нужно, постарайтесь сделать
 |   |
| так, чтобы он сам этого захотел.4. Не злоупотребляйте опекой и контролем, не перегружайте его.1. Не создавайте в семье «революционную ситуацию», а если созда­ли,

то приложите все усилия, чтобы разрешить ее мирным путем.1. Не забывайте слова И.-В. Гете: «В подростковом возрасте многиечеловеческие достоинства проявляются в чудачествах и неподо­бающих поступках».

***За что и против чего ведет борьбу ребенок в переходном возрасте?***1. За то, чтобы перестать быть ребенком.
2. За прекращение посягательств на его физическое начало, непри­косновенность.
3. За утверждение среди сверстников.
4. Против замечаний, обсуждений, особенно ироничных, по поводуего физической взрослости.

***Советы для родителей:***\*помочь подростку найти компромисс души и тела;\*все замечания делать доброжелательным, спокойным тоном, не ис­- пользовать ярлыков;\*подробно познакомить подростка с устройством и функционирова­нием организма, подобрать соответствующую литературу по этому вопросу;необходимо помнить, что пока развивается тело ребенка, болит иждёт помощи его душа***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 всемье;
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;
6. Неподтверждение родительских ожиданий.

***Методы выхода из конфликта.***Для выхода из конфликтной ситуации можно:1. Дать выход своим чувствам, предупреждая об этом других;
2. Найти авторитетного третьего, кто поможет разобраться в конфликте;
3. Поставить себя на место другого человека;
4. Осознать право на существование иной точки зрения;
5. Быть твердым, говоря о проблеме, и мягким с людьми.
 |  *. Белинский**.* |