

Тихонова Кристина Николаевна

бакалавр, студентка

Научный руководитель

Шалагинова Ксения Сергеевна

ФГБОУ ВО «Тульский государственный
педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

DOI 10.31483/r-152169

КОНФЛИКТОЛОГИЧЕСКАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ РОДИТЕЛЕЙ ПОДРОСТКОВ

Аннотация: в статье поднимается значимая задача совершенствования навыков продуктивного взаимодействия и урегулирования разногласий между взрослыми и подростками. В современных реалиях, отличающихся повышенной нестабильностью и воздействием стресса, способность взрослого поколения эффективно взаимодействовать с подрастающим поколением приобретает особое значение для поддержания гармонии и благополучия внутри семьи.

Исследовав важные элементы мастерства родительского поведения, включающего осознание факторов появления трудностей, способность различать эмоциональные реакции и потребности молодежи, а также владение приемами грамотного диалога и устранения противоречивых моментов, выделяется важность воспитания чувствительной отзывчивости, умения контролировать эмоции и сохранять спокойствие, что позитивно влияет на снижение числа проблемных ситуаций и повышение качества семейных взаимоотношений.

Работа включает советы и инструменты, ориентированные на улучшение указанных качеств у старших поколений, способствующие улучшению воспитательного процесса и созданию комфортной среды для всестороннего развития подростков.

Ключевые слова: конфликт, конфликтологическая компетентность, родительское поведение, взаимодействие, потребности молодёжи.

Введение

Вопросы взаимодействия родителей и детей давно интересуют ученых разных областей знания: психологов, педагогов и социологов. Но именно в последние десять лет эта тема приобрела особенную актуальность благодаря значительным переменам в общественной жизни и смене представлений о роли взрослых и детей в семье.

Современные родители сталкиваются с рядом серьезных вызовов, ранее неизвестных предыдущим поколениям. Среди них выделяются быстрый ритм жизни, широкий доступ к различным источникам информации и появление новых форм общения. Все это ведет к возникновению особых трудностей в воспитании детей и подростков, поскольку традиционные методы взаимодействия часто перестают справляться с новыми условиями.

Понимание природы этих изменений и разработка практических подходов, позволяющих родителям успешно решать возникающие проблемы, становятся крайне важными задачами. Ведь качество взаимоотношений между родителями и детьми оказывает огромное влияние на благополучие семьи и полноценное развитие нового поколения.

Понятие конфликтологической компетентности

Конфликтологическая компетентность – это способность взрослого распознавать признаки возникновения конфликтов, понимать их природу и причины, а также выбирать наиболее эффективные стратегии разрешения конфликтных ситуаций. Она включает в себя ряд компонентов:

- когнитивный компонент: знание теории конфликтов, умение анализировать ситуацию и оценивать её последствия;
- эмоциональный компонент: осознание и управление собственными эмоциями, а также эмпатия к чувствам другого участника конфликта;
- поведенческий компонент: владение эффективными коммуникативными навыками, готовность к конструктивному диалогу и компромиссам.

Развитие конфликтологической компетентности позволяет родителям избегать деструктивных моделей поведения, минимизировать негативные последствия столкновений и содействовать установлению доверительных отношений с подростком.

Значение конфликтологической компетентности для родителей подростков

Различные научные исследования показывают, что низкий уровень конфликтологической компетентности родителей отрицательно сказывается на эмоциональном состоянии подростков, ухудшая показатели успеваемости, социальную адаптацию и самооценку. Развитие конфликтологических навыков у родителей имеет важные преимущества:

- уменьшение частоты и интенсивности конфликтных ситуаций в семье;
- улучшение коммуникации и взаимопонимания между членами семьи;
- формирование положительной атмосферы в доме, снижение тревожности и стресса у всех участников конфликта;
- создание предпосылок для успешной социализации подростка, помогая ему освоить необходимые навыки разрешения споров вне дома.

Кроме того, обучение родителей основам конфликтологии способно предотвратить многие потенциальные проблемы, позволяя заранее подготовиться к возможным кризисным ситуациям и выбрать оптимальные способы реагирования.

Пути формирования конфликтологической компетентности родителей подростков

Для успешного решения возникающих конфликтов важно разработать систему мер, направленных на повышение уровня конфликтологической грамотности родителей. Среди основных направлений выделяются следующие.

1. Информационно-просветительная работа. Организация лекций, семинаров и тренингов, посвященных вопросам семейной конфликтологии, позволит родителям ознакомиться с основными понятиями и методами управления конфликтами. Важно создать доступную площадку для обмена опытом и консультативной помощи семьям, испытывающим серьезные трудности.

2. Психологическое сопровождение. Работа квалифицированных психологов и педагогов необходима для оказания своевременной помощи семьям, оказавшимся в сложной жизненной ситуации. Психологи помогают выявить глубинные причины конфликтов и подобрать подходящие стратегии преодоления кризиса.

3. Самообразование родителей. Рекомендации по литературе, статьям и другим источникам, содержащим полезную информацию о конфликтах и путях их разрешения, помогут повысить общую осведомленность родителей о природе конфликтов и способах их профилактики.

4. Использование цифровых инструментов. Интернет-ресурсы, онлайн-курсы и мобильные приложения становятся удобными инструментами, позволяющими родителям получать необходимую информацию в удобное время и в удобной форме.

5. Создание пространства для открытого диалога. Обучение родителей искусству ведения переговоров и конструктивного диалога поможет сформировать атмосферу доверия и уважения в семье, снижая вероятность появления острых конфликтных ситуаций.

Эти меры направлены на обеспечение всесторонней поддержки родителей, стремящихся обрести уверенность и навыки для эффективного разрешения внутрисемейных конфликтов.

Причины конфликта компетентности

Изменение социальной среды

Современное общество отличается высоким уровнем мобильности, информационной насыщенностью и быстрым развитием технологий. Подростки быстро осваивают новые знания и умения, часто опережая своих родителей. Это вызывает чувство неуверенности у взрослых, которым сложно соответствовать ожиданиям подрастающего поколения.

Несоответствие ожиданий и реальности

Родители нередко ожидают от детей определенного поведения, основанного на собственных представлениях о правильном воспитании. Однако реаль-

ность оказывается иной: дети развиваются иначе, чем представляли себе взрослые. Это несоответствие порождает недовольство и раздражение обеих сторон.

Недостаточная информированность родителей

Многие родители недостаточно осведомлены о современных методиках воспитания, психологии развития подростков и особенностях возрастной группы. Они полагаются на собственный опыт, полученный много лет назад, что не всегда соответствует современным реалиям.

Факторы, влияющие на уровень компетентности родителей

Образование и профессиональная подготовка

Высокий уровень образования и наличие специальных знаний способствуют формированию адекватных представлений о воспитании. Родители, прошедшие курсы повышения квалификации или изучившие литературу по детской психологии, лучше понимают потребности своего ребенка.

Социальный статус и культурный уровень

Социально-экономическое положение семьи также оказывает значительное влияние на отношение родителей к воспитанию. Семьи с низким доходом и ограниченным доступом к ресурсам испытывают больше трудностей в обеспечении качественного воспитания.

Опыт взаимодействия с предыдущими поколениями

Опыт собственного детства играет важную роль в формировании родительских установок. Если родители сами росли в условиях дефицита любви и поддержки, они склонны воспроизводить аналогичные модели поведения в своей семье.

Рекомендации по повышению уровня компетентности родителей

В условиях современного общества, характеризующегося высокой эмоциональной напряжённостью и сложностью межличностных отношений, родителям подростков важно обладать навыками конструктивного разрешения конфликтов. Эффективное взаимодействие между родителями и подростками способствует формированию доверительных отношений, снижению уровня стресса и повышению качества внутрисемейного общения.

Основные рекомендации по разрешению конфликтов.

1. Понимание подростка и его эмоционального состояния.

Родители должны внимательно относиться к эмоциональным проявлениям подростка, проявлять эмпатию и понимание его переживаний. Важно учитывать, что подростковый возраст сопровождается значительными изменениями в психике и поведении, что требует от родителей особого внимания и терпения.

2. Активное слушание и диалог.

Родителям следует активно слушать подростка, не перебивая его и не оценивая сказанное. Это помогает подростку почувствовать себя услышанным и понятым, что способствует снижению уровня напряжения и конфликтности.

3. Использование техники «я-сообщений».

Вместо обвинений и критики рекомендуется использовать технику «я-сообщений», выражая свои чувства и потребности без обвинений и осуждения. Например, вместо фразы «Ты всегда опаздываешь» лучше сказать: «Мне неприятно, когда ты опаздываешь, потому что я переживаю за тебя».

4. Самоконтроль и управление эмоциями.

Родителям важно научиться контролировать свои эмоции и не поддаваться импульсивным реакциям. Это позволяет избежать эскалации конфликта и способствует более конструктивному разрешению спорных ситуаций.

5. Установление чётких границ и правил.

Четко обозначенные и согласованные правила и границы поведения помогают подростку чувствовать себя уверенно и безопасно, а также способствуют формированию ответственности и самостоятельности.

6. Поддержка и поощрение позитивного поведения.

Родителям следует поощрять позитивное поведение подростка, отмечая его достижения и успехи. Это способствует укреплению позитивного эмоционального фона и повышению самооценки подростка.

7. Совместное решение проблем.

Родителям рекомендуется вовлекать подростка в процесс совместного решения проблем и конфликтов. Это помогает подростку развивать навыки самостоятельного принятия решений и ответственности.

8. Обучение подростков навыкам саморегуляции и управления эмоциями.

Родителям следует обучать подростков навыкам саморегуляции и управления эмоциями, что способствует снижению уровня эмоциональной напряжённости и конфликтности.

Заключение

Конфликты, возникающие между родителями и подростками, являются естественным следствием изменения общественных норм и ценностей. Для успешного преодоления этих противоречий родителям необходимо повышать свою компетентность, развивать навыки общения и поддерживать доверительные отношения с ребенком. Только таким образом можно обеспечить гармоничное развитие личности подростка и укрепить семейные связи.

Список литературы

1. Андреева Т.В. Семейная психология: учеб. пособие / Т.В. Андреева. – СПб.: Речь, 2004. – 244 с. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://clck.ru/3QoJJV> (дата обращения: 27.11.2025). EDN QXNASF
2. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? / Ю.Б. Гиппенрейтер. – М.: АСТ-Пресс Книга, 2018 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://pedklassy.bspu.by/files/docs/books/1_knigi/2_gippenreyter.pdf (дата обращения: 27.11.2025).
3. Шнейдер Л.Б. Психология семейных отношений. Курс лекций / Л.Б. Шнейдер. – М.: Апрель-Пресс; ЭКСМО-Пресс, 2000. – 512 с. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://psychlib.ru/mgppu/SPs/SPs-001.HTM#\\$p1](https://psychlib.ru/mgppu/SPs/SPs-001.HTM#$p1) (дата обращения: 27.11.2025).