**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ГОРОДА МОСКВЫ**

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ «ШКОЛА № 1018»**

ул. Шолохова, д. 20, г. Москва, 119634

Тел./ факс: (495) 733-52-10. E-mail: 1018@edu.mos.ru

ОКПО 49293508, ОГРН 1037739222840, ИНН/КПП 7732111858/772901001

**Исследование на тему:**

**«Профилактика недопонимания между родителями и детьми подросткового возраста»**

Выполнила: Дмитриева Вероника Вадимовна 6 «А»

Руководитель: Шаталова Анастасия Дмитриевна

педагог-психолог ГБОУ Школа № 1018

Москва, 2023

**Оглавление**

Введение……………………………………………………………………………...3

Глава 1 Особенности взаимоотношений между родителями и детьми подросткового возраста

1.1 Особенности подросткового возраста …………………………………………5

1.2 Недопонимание и конфликт…………………………………………………….6

1.3 Отношения между родителями и детьми подросткового возраста…………..7

Глава 2 Исследование взаимоотношений между родителями и детьми подросткового возраста

2.1 Планирование и разработка опроса…………………………………………….9

2.2 Проведение и результаты исследования………………………………………9

Заключение………………………………………………………………………….14

Список литературы…………………………………………………………………15

**Введение**

Очень часто в кругу моих друзей, в моей семье происходят ситуации, когда родители не понимают нас, когда пытаются навязать нам свое мнение и требуют, что бы мы их слушали без пререканий.

Конфликт между подростками и родителями в первую очередь происходит из-за недопонимания, так как каждый имеет свой взгляд на вещи, свое мировоззрение. С самого детства родители прививают нам определенные ценности, пытаются воспитывать, ставят ограничения что можно, а что нельзя. Мир не стоит на месте, каждый день происходит что-то новое, появляются новые тренды моды, музыкальные направления, цифровые возможности. Часто происходит столкновение представителей разных поколений. Нам кажется, что мы представители совсем разных поколений, никогда не поймем друг друга.

Проблемы взаимоотношений детей и родителей играют достаточную роль в становлении личности подростка. Поэтому мне хочется изучить тему недопонимания, попробовать разобраться в ней. Главное не найти способы как решить конфликты, таковых уже описано в исследованиях множество, а предложить рекомендации, которые помогут не допускать ситуаций недопонимания.

**Цель исследовательской работы:**

Разработать рекомендации для профилактики недопонимания между родителями и подростками.

 **Задачи:**

1. Изучить теорию особенностей подросткового возраста и взаимоотношений между родителями и детьми.
2. Разработать опросник для детей и родителей.
3. Провести опрос.
4. Выявить основные причины недопонимания между детьми и родителями.
5. Сформулировать рекомендации для участников межличностного взаимодействия.

 **Гипотеза:**

С помощью социологического опроса можно найти действенные способы профилактики недопонимания между родителями и детьми подросткового возраста.

Реализация исследования происходила в 3 этапа:

1. Подготовительный (изучение теоретической стороны вопроса);
2. Исследовательский (разработка и проведение опроса)
3. Заключительный (анализ полученных данных и формулирование рекомендаций)

**Практическая значимость:**

Практическая значимость данной работы определяется возможностью на примере исследования дать рекомендации для родителей и детей как наладить отношения, как снизить количество ситуаций, которые приводят к недопониманию.

**Глава 1 Особенности взаимоотношений между родителями и детьми подросткового возраста**

**1.1 Особенности подросткового возраста**

Изучая литературу по возрастной психологии трудно четко определить границы подросткового возраста. Различные периодизации жизненного цикла человека, предложенные исследователями(Д.Б. Эльконин, Л.С. Выготский, Э. Эриксон, А. Фрейд и др.) определяют различные границы подросткового возраста. Обычно начинается подростковый возраст в 11-12 лет и заканчивается в 17-18 годами [1]. На данный период приходится кризис, который называется подростковым.

Л.С. Выготский выделял две фазы подросткового возраста (негативную и позитивную), связывая их с видоизменениями в сфере интересов. В «негативной» фазе происходит свертывание, отмирание прежней системы интересов, появляются первые сексуальные влечения. Отсюда внешне наблюдаемые отрицательные поведенческие особенности: снижение работоспособности, ухудшение успеваемости и навыков, грубость и повышенная раздражительность подростка, его недовольство самим собой и беспокойство. «Позитивная» фаза характеризуется зарождением новых интересов, более широких и глубоких. У подростка развивается интерес к психологическим переживаниям других людей и к своим собственным. Обращенность подростка в будущее, еще очень туманное и неопределенное, реализуется в форме мечты, в создании некой воображаемой действительности[2].

Ребенок меняется внешне, увеличивается масса тела, растет скелет, активно развивается сердечно - сосудистая система. Идет половое созревание, вырабатывается большое количество гормонов. Эмоциональное состояние нестабильное, может возникнуть необъяснимая тревога, повышенная возбудимость или даже депрессия. Подростка начинает волновать его внешность, насколько он привлекателен для окружающих. Часто подростки чувствуют себя неловкими, толстыми, не такими как все.

В это время происходит активное становление личности, происходит формирование новых привычек, изменения в мировоззрении. Смена интересов, окружения иногда происходит очень быстро, скачкообразно, что приводит в недоумение окружающих. У взрослых могут возникнуть трудности в воспитании ребенка подросткового возраста, появляются разные формы отрицания авторитета взрослого, сопротивление и протест.

Новообразование данного возраста – чувство взрослости, у ребенка появляется непреодолимая потребность в признании его взрослости окружающими. Ведущим мотивом поведения подростка является стремление найти свое место среди сверстников. Отсутствие такой возможности очень часто приводит к социальной неадаптированности и правонарушениям. Подросток очень подвержен влиянию группы сверстником, ему становится очень некомфортно, если его популярность подвергается сомнению. Стремление жить по своим идеалам, новшества в поведении, могут привести к столкновениям взглядов на жизнь подростков и их родителей, создавать конфликтные ситуации.

**1.2 Недопонимание и конфликт**

Подростковый возраст очень яркий период в жизни человека, он полон не только новыми яркими впечатлениями, знакомствами, чувством свободы, но и у многих связан с трудностями, конфликтами, негативным опытом во взаимоотношениях с родителями. По многочисленным исследованиям психологов можно сделать вывод, что практически все подростки сталкиваются с недопониманием в детско-родительских отношениях.

Недопонимание – неполное, ошибочное понимание[3]. Чаще всего в представлении детей недопонимание напрямую связано с конфликтом. В психологической науке конфликт понимается как отсутствие понимания, согласия между несколькими людьми. Обычно конфликт воспринимается как что-то негативное, разрушающее. Конфликт можно расценивать как сигнал, что есть проблема, в которой необходимо разобраться, уделить время и внимание его участникам.

**1.3 Отношения между родителями и детьми подросткового возраста**

Одной из главных причин возникновения недопонимания между родителями и детьми подросткового возраста является стремление к самостоятельности последних. Меняются нравственные ориентиры, ценности и образ идеальных родителей с правильным мнением и мировоззрением растворяется. Родители становятся объектом для оценки и сравнения. Подросток начинает стремиться к равноправию, очень остро реагирует, если к нему относятся как к маленькому ребенку, пытаются оградить, защитить, что-то запретить. Запреты уже не воспринимаются, подросток пытается выразить протест, поступить по-своему, доказать свою точку зрения. В этом возрасте ребенок хочет отношений с родителями, которые основаны на доверии и уважении. В большинстве семей этот процесс воспринимается, как вызывающее поведение.

Частота возникновения недопонимания, конфликтных ситуаций зависит от того, какие отношения были до начала подросткового возраста. В семьях, где царит доброжелательная обстановка, любовь и теплота отношений, конфликты возникают редко и быстро решаются. Члены семьи умеют обсуждать проблемные ситуации и слушать друг друга, идти на компромисс.

В семьях, где уделяется внимание материальным благам и превозносится важность образования, успешная карьера чаще всего недостаточно искренних и теплых отношений. Родители в таких семьях пренебрегают увлечениями детей, а это создает определенный барьер между ними.

 Существуют семьи, где за ребенком устанавливается слежка, ему не доверяют, применяют рукоприкладство. В таких семьях царит постоянное напряжение, страх у ребенка перед родителями, очень частые конфликты, которые могут закончиться побегом подростка из дома.

Вывод, который я могу сделать из выше написанного: если подросток чувствует тепло и любовь родителей, к нему проявляют внимание, но не навязчивы, то этот возрастной период пройдет у ребенка, скорее всего, гладко, без срывов. И наоборот, если подросток ощущает заброшенность, ненужность, то появляется черствость, эгоизм, агрессия по отношению к другим.

Причины недопонимания многообразны, способы решения конфликтных ситуаций прописаны психологами и активно используются в психологической практике и в быту родителями. По моему мнению, необходимо искать способы профилактики возникновения этих неприятных моментов, а не исправлять данные ситуации.

**Глава 2 Исследование взаимоотношений между родителями и детьми подросткового возраста**

**2.1 Планирование и разработка опроса**

Проанализировав информацию с различных сайтов, я отметила для себя, что опросы построены таким образом, что изучают проблему с двух сторон. Часть вопросов направлены на выявление причин конфликтов, которые выделяют родители, часть вопросов для изучения подросткового мнения по данной проблеме. В своем исследовании я решила взять во внимание мнение обеих сторон, и составить рекомендации подходящие для профилактики возникновения недопонимания и конфликтных ситуаций. Родители обычно преувеличивают все проблемы или наоборот не видят их, пытаются своими способами, с помощью запретов или ограничений решить сложившуюся ситуацию недопонимания.

В своем исследовании я решила задать только 3 вопроса, на которые ответили и дети, и родители:

1. Что вы понимаете под термином «недопонимание»;
2. Что чаще всего становится причиной для недопонимания?
3. Что бы помогло сократить количество ситуаций недопонимания?

Во всех вопросах дала возможность выбрать ответ из предложенных вариантов, так же оставила возможность высказать свое мнение. Опрос был создан в Google форме и проведен в онлайн формате.

**2.2 Проведение и результаты исследования**

В исследовании приняли участие 67 человек подросткового возраста 12-15 лет, обучающиеся ГБОУ Школы №1018 в 6-9 классах.

Получены следующие результаты: мнения детей разделились, ребята активно выбирали из предложенных вариантов, некоторые выразили свое мнение.

Результаты по 1 вопросу:

Таким образом, недопонимание в большей мере воспринимается детьми подросткового возраста как столкновение мнений и нежелание идти на компромисс.

Результаты по 2 вопросу:

\*Принуждение к совместным поездкам или походам 16,4%

Увлечения и проведение свободного времени 35,8%

10 детей из 67 на данный вопрос ответили, что у них не возникает ситуаций недопонимания с родителями.

Детям была предоставлена возможность выбрать несколько вариантов из предложенных или написать свой. Анализ результатов показал, что наиболее частой причиной для возникновения конфликтов, ссор, разногласий становится успеваемость в школе, неисполнение домашних обязанностей, разные взгляды на мир, увлечения и проведение свободного времени и различия в особенностях характера.

Результаты по 3 вопросу:

\*Больше доверия со стороны родителей 43,3%

Договор о неприкосновенности личных вещей 35,8%

Возможность высказывать свое мнение без опасения 58,2%

Договор о распределении домашних обязанностей 38,8%

Тренинги контроля и управления эмоциями 17,9%

Формирование общих семейных увлечений 32,8%

Лекции для родителей об особенностях подросткового возраста 17,9%

В профилактических целях предотвращения возникновения ситуаций недопонимания между родителями и детьми подросткового возраста я предложила 10 вариантов ответов. Наиболее популярными ответами стали: разговоры по душам, договор о распределении домашних обязанностей, доверие со стороны родителей, и больше всего голосов набрал вариант – возможность высказывать свое мнение без опасения. Из этого следует, что далеко не во всех семьях отношения построены таким образом, что все члены семьи могут поделиться своим мнением, своей точкой зрения. Уровень доверия недостаточный, что бы дать возможность ребенку преодолевать жизненные трудности с помощью метода проб и ошибок.

В опросе среди взрослых приняли участие родители обучающихся 6-9 классов, в количестве 46 человек.

Результаты по 1 вопросу:

В отличие от детей, родители термин «недопонимание» воспринимают как непринятие чужого мнения участниками взаимодействия.

Результаты по 2 вопросу:

\*Ребенок не соответствует моим идеальным представлениям 8%

Увлечения и проведение свободного времени 32,3%

Так же как и дети, родители наиболее часто выбирают причиной недопонимания успеваемость в школе, невыполнение домашних обязанностей и разные взгляды на мир.

Результаты по 3 вопросу:

\*Договор о неприкосновенности личных вещей 11,8%

Возможность высказывать свое мнение без боязни со стороны ребенка 67,9%

Договор о распределении домашних обязанностей 36%

Тренинги контроля и управления своими эмоциями 17,9%

Формирование общих семейных увлечений 39,1%

Лекции для родителей об особенностях подросткового возраста 20,4%

Результаты по третьему вопросу близки мнениям детей, что дает возможность сделать общие рекомендации по профилактике недопонимания между родителями и детьми.

**Заключение**

В ходе исследования мы провели работу, которая дала нам возможность выделить 7 наиболее эффективных рекомендаций для профилактики недопонимания между родителями и детьми подросткового возраста.

Рекомендации:

1. Находите время, что бы спокойно посидеть и поделиться тем, что важно, говорите чаще по душам.
2. Давайте возможность высказывать свое мнение и не принимайте его в штыки, попробуйте понять и услышать о чем вам говорят.
3. Больше доверяйте своим родным и близким, ведь не доверять – значит сомневаться, а сомневаться – значит не давать шанс быть открытым и принятым.
4. Находите и занимайтесь хобби, которое будет интересно всем членам семьи (путешествия, кинематограф, фотография, спорт).
5. Учитесь договариваться о разделении обязанностей между членами семьи и последствиях, которые возникают при их невыполнении.
6. Учитесь соблюдать личные границы друг друга, будь то вещи, территория, разговоры и т.п.
7. Попробуйте хоть иногда на короткое время поменяться ролями и посмотреть на ту или иную ситуацию со стороны.

Простые, но очень важные рекомендации, которые могут соблюдать и родители, и дети. В дальнейшем мне бы хотелось более глубоко изучить тему конфликтов и попробовать создать тренинг или психологическую игру для детей и родителей, пройдя которую они станут ближе друг другу и количество ссор в их семьях снизится.

**Список литературы:**

1. Обухова Л.Ф. Возрастная психология. – М.: Издательство Юрайт, 2015. – 460 с.
2. Шаповаленко И.В. Возрастная психология (Психология развития и возрастная психология). — М.: Гардарики, 2005. — 349 с.
3. https://ru.wiktionary.org
4. <https://kuban-lyceum.ru/uchashchimsya-i-roditelyam/psikhologicheskie-osobennosti-podrostkovogo-vozrasta.php>
5. http://ppms.edu-penza.ru/elektronnaya-biblioteka/byuro-nakhodok-semeynogo-psikhologa/vliyanie-semeynykh-otnosheniy-na-povedenie-podrostka/