

## Особенности общения подростков с родителями

### «Причины конфликтов, которые приводят к изменению поведения ребенка».

Возраст 13-15 лет для подростков переломный. Они уже считают себя достаточно взрослыми. Чтобы жить своим умом и не оглядываются на советы родителей. Они анализируют и часто сравнивают мнения родителей и других людей относительно разных аспектов жизни, спорят, рассуждают о правах. Постепенно подростки начинают понимать, что родители больше грозятся, чем могут сделать, и из дома их не выгонят (по крайней мере, до 18 лет). И тогда внутренняя пружина своеволия распрямляется и «выстреливает». Подросток в одночасье становится крайне непослушным. Внешне это выглядит как внезапно выпущенный из бутылки джинн. И тут поведение подростка можно сравнить с поведением трехлетнего малыша, но на следующем, более сложном витке развития. И тот и другой начинают испытывать родителей на прочность, нащупывать границы дозволенного. Только если с малышом можно справиться и, в крайнем случае, наказать, то с подростком этот номер не пройдет.

В 13-15 лет начинается пора самоутверждения. Происходит психологическое отвержение родителей. Подростки хотят стать независимыми во всем: в мыслях, поступках, деньгах. Очень часто эта самостоятельность проявляется именно в том, что ребенок начинает вести себя наперекор родителям и только так, как хочет он сам. В результате подросток зачастую пускается во все тяжкие, только бы не делать так, как хотят его родители. Этому способствует и невольное подстрекание сверстников: «Ты что, еще маленький, чтобы слушать предков?» или «Не просите его идти с нами. Он же мамин сыночек». И чтобы подтвердить обратное, подросток начинает грубить, дерзить, скандалить с родителями, плохо учиться, прогуливать школу. Этим подросток как бы доказывает всем, что сам выбирает свой жизненный путь.

Подросток не меняется в одночасье. Он «вызревает» постепенно. Просто до определенного момента многое, что в него закладывают при помощи воспитания, не видно. Пока ребенок маленький, он ведет себя так, как того требуют родители, не выходя за рамки, установленными взрослыми. А тем временем внутри его происходит накопление информации, жизненного опыта, он выстраивает для себя систему ценностей (зачастую отличающуюся от родительской). То же и с каждой деятельностью – до поры до времени родителям удается сдерживать свободлюбивые порывы ребенка. По мере взросления границы, очерченные заботливыми взрослыми для ребенка. Становятся тесны, и он усиленно начинает их расширять. Подросток уже жаждет свободы, принятия самостоятельных решений, свершений поступков. Что, собственно, и начинает осуществлять. Правда, к истинной свободе он не готов, ведь она подразумевает ответственность за содеянное. Поэтому, вырвавшись на волю, подросток бросается в омут с головой, совершая на своем пути много ошибок. Наступает момент, когда эйфория сменяется беспокойством. И подросток терзается противоречиями: с одной стороны, ему хочется быть свободным и независимым, с другой – чтобы кто-то помогал ему в трудные минуты, страховал и отвечал за него. Но часто дети не осознают и не признают себе в этом. И еще больше отвергают помощь родителей.

Рассмотрим наиболее частые причины конфликтов, которые приводят к изменению поведения ребенка.

1. Повышенный гормональный фон. В подростковом возрасте наблюдается повышенное содержание в крови тестостерона, которое может привести к повышенной агрессивности и сексуальному влечению. Это можно снять активными занятиями спортом.
2. Недостаток ласки и выражения эмоций со стороны родителей в жизни детей. Во многих семьях считают, что проявление нежности (особенно с сыновьями) – это ненужная сентиментальность. Отсутствие подобного выражения любви может спровоцировать в подростках привязанность к другим людям (которые дадут им это) или, наоборот, жесткость и агрессивность по отношению к домашним и окружающим.

3. Постоянное морализирование и нотации типа: «Мы тебя предупреждали, а ты не послушал...» Некоторые родители постоянно обвиняют своих детей в том, что они поступают неправильно. А ведь часто ребенок ошибается, потому что у него нет опыта предвидения результатов своих действий.

4. Грубость по отношению к подростку, унижение и оскорбление его личности, неуважение между членами семьи. Если в семье принято кричать друг на друга, относиться друг к другу пренебрежительно, то не следует ждать особого уважения к себе со стороны ребенка. Он просто копирует ваше поведение и отзеркаливает его вам же.

5. Недоверие к ребенку и жесткий контроль. Многие родители считают, что чем жестче дисциплина, тем лучше будут дети. Поэтому проверка карманов, рюкзака, ящика стола, подслушивание телефонных разговоров становятся обычным делом. И то, что, по сути, это есть вторжение в жизнь другого человека, их не останавливает. А ведь такая тотальная слежка приведет к еще большей изворотливости подростка. Он начнет лгать, утаивать истинную информацию, лучше прятать «улики». В результате подросток привыкнет жить двойной жизнью: дома – он один, а за пределами семьи – совсем другой человек, зачастую более беспринципный. КУ тому же недоверие порождает озлобленность и обиду. А в таком состоянии подросток может сделать что-нибудь «назло всем» (хотя потом и будет об этом сожалеть). С другой стороны, ультиматумы и категорические заявления типа: «Сегодня я не пущу тебя гулять» или «Если отправишься в эту поездку, можешь домой вообще не приходить» - приведут к конфронтации, потому что из этой ситуации нельзя выйти без потери лица. К тому же если подросток все равно сделает наперекор, то он лишь убедится в вашем бессилии. Ведь не выгоните же вы его из дома, в самом деле.

6. Телесные наказания. К битью в нашей стране особое отношение. Одна из поговорок гласит: «Бьет – значит любит». А в некоторых кругах среди взрослых бытует уверенность: «Мой отец меня бил, чтоб я человеком стал. И тебя я человеком сделаю». Другие уверены, что без подзатыльников, одними добрыми словами воспитать ребенка не возможно. Получается парадокс: битьем внушаем ребенку любовь. Станный способ. Но ведь физическое наказание унижает достоинство ребенка, а зачастую вызывает ответную агрессивную реакцию. Конечно, иногда ребенок доводит родителей до такого состояния, что руки так и тянутся шлепнуть или дать подзатыльник. Если такое случилось, то не стоит себя винить. Главное, чтобы это не вошло в систему.

7. Занятость своими проблемами и равнодушие к жизни ребенка. Некоторые родители так увлекаются своей карьерой или устройством личной жизни, что забывают о собственных детях. Они не замечают, что у сына появились проблемы и он часто бывает расстроенным. А для дочери, которая пришла рассказать о своей первой любви и попросить совета, у них не нашлось свободной минутки. Подросток из такой семьи посчитает себя ненужным и нелюбимым своими родителями. И как результат, будет искать помощи на стороне или наперекор родителям, будет искать помощи на стороне или наперекор родителям начнет вести себя вызывающе.

8. Излишняя опека над ребенком. Сильное желание быть всегда рядом с ребенком может вызвать обратную реакцию – вырваться из зоны повышенного внимания к своей персоне и обособиться.

9. Неустойчивое эмоциональное отношение родителей и непредсказуемость их реакций. Многие взрослые не считают нужным следить за собой и срывают на детях свое плохое настроение, досаду, раздражение. Причиной плохого настроения родителей часто бывают разные обстоятельства, в том числе и выговор руководства. Но почему-то «восстанавливаться» после стресса они предпочитают за счет унижения ребенка. Неудивительно, что подростки протестуют против такого отношения к себе. А непредсказуемость реакции родителей на поступки ребенка может довести подростка до невроза. Непоследовательность же требований социально дезориентирует его. Серьезное требование социально дезориентирует его. Серьезное требование может быть воспринято им как очередной каприз взрослых, а следовательно, вызовет раздражение подростка. Все это повышает уровень конфликтности в семье в целом.

10. Потакание капризам и требованиям подростка. Мягкие родители, которые обожают и балуют детей, становятся «жертвами» своей любви. Они так стараются угодить своим чадам, что забывают о себе. Но, отдавая все, уступая и угождая ребенку, не следует забывать, что «аппетит приходит во время еды». И вот уже подросший ребенок начинает требовать все больше и больше, не принимая и не понимая отказов. Он вырастает с убеждением, что ему все можно, все дозволено, все принадлежит только ему. Такие дети часто совершают асоциальные действия, считая, что все пройдет безнаказанно или родители уладят проблемы.

### Рекомендации

для родителей: «Что можно сделать, чтобы снизить уровень конфликтности между родителями и детьми?»

Приходит время, когда подросток начинает отстаивать свои права и утверждать возможности, стараясь получить их как можно больше. Родители, в свою очередь, не хотят терять влияния на ребенка. Более того, они не готовы признавать ребенка уже взрослым – это означало бы полную потерю контроля над его жизнью. К тому же, как мы уже говорили, дети всегда остаются для родителей детьми. Если к этому моменту в семье сохранились дружелюбные и доверительные отношения с ребенком, то эта «борьба за власть» пройдет с наименьшими потерями. Хуже, когда родители и их выросшие дети не хотят понять друг друга и пойти на компромисс, а принципиально отстаивают свои позиции. Тогда борьба превращается в войну, от которой страдают все.

Некоторые подростки выходом из подобных баталий считают побег из дома. Конечно, убегают дети по разным причинам: и от ощущения бедности, и просто в поисках приключений (считая, что «вольная жизнь» полна романтики и даст им ощущение счастья). Но чаще всего именно скандалы, неразрешимые с точки зрения ребенка проблемы, непонимание и жестокое обращение с ним заставляют подростка искать для себя другое убежище. Однако убежавшие не только в крыше над головой (ее-то они находят быстро: подвалы, чердаки, водоотстойники). Лишенные любви, они хотят найти человека, который помогал бы им, советовал, участвовал в их жизни. Но, как правило, большинство из них, к сожалению, в итоге становятся беспризорниками. А это прямой путь оказаться жертвой бандитских группировок, торговцев наркотиками, сутенеров...

Показатели беспризорности в нашей стране неумолимо ползут вверх, тем самым заставляя задуматься: не слишком ли высокую цену платят дети за семейные разногласия, принципиальность и жестокость по отношению к ним со стороны родителей?..

Что можно сделать, чтобы снизить уровень конфликтности между родителями и детьми?

· Прежде чем ругать и обвинять ребенка в содеянном, выясните причину, по которой он поступил именно так. Подростки недальновидны и не представляют последствия своих поступков. Поэтому сначала лучше разобраться в проблеме, а затем обсудить все варианты и перспективы развития ситуации при том или ином выборе решений. Научите детей просчитывать свои шаги.

· Постарайтесь избегать при общении с ребенком слов типа «лжец», «эгоист» и пр. Не переходите на личность, а лучше говорите о поступке, а не о ребенке: «Я чувствую, что ты сейчас лжешь», «Я вижу, что ты думаешь только о себе». И фраза «Ты не подумал как следует» куда более перспективна для общения, чем брошенное обвинение «У тебя голова тупая – нет ни единой мысли».

· Не стесняйтесь проявлений любви и нежности. Это научит ваших детей относиться к другим с любовью и правильно выражать это чувство.

· Помните, что наказание должно быть адекватно проступку.

- Найдите компромиссы при разрешении сложных ситуаций. Ведь у трудных подростков обычно независимый и сильный характер. Поэтому прямое давление на них может привести к обратному результату.

- Найдите время для общения с подростком. Пусть это будут всего полчаса перед сном, но зато полчаса искренней и теплой беседы. Интересуйтесь проблемами своего ребенка, не забывая при этом рассказывать и о своих делах. Иначе это будет однобокое общение, воспринимаемое ребенком как контроль с вашей стороны.

- Заботясь о своем ребенке, помните, что он вырастает. Не переводите эту заботу в контроль над делами подростка. Ведь в его личную жизнь можно вмешиваться только с его согласия.

- Старайтесь сдерживать свои отрицательные эмоции и не вымещать зло, которое вам причинили другие, на своем ребенке. Несправедливое отношение к подростку может вызвать его озлобленность и протест.

- Еще в доподростковом возрасте обозначьте для ребенка границы дозволенного и недозволенного. Это сделает его более уравновешенным. Если не добились этого вовремя, постарайтесь быть последовательными в своих требованиях.