

Основные трудности отношений родителей и подростков



Ребенок, с которым труднее всего управиться, – именно тот, которым впоследствии мы больше всего гордимся.

Миньон Маклофли
американская писательница

От взрослых часто можно услышать жалобы на то, что подростковый возраст является невероятно сложным. И редко, сам взрослый задумывается, что и подростку непросто переживать кризис взросления.

Подросток уже начинает себя чувствовать самостоятельным, стремиться к независимости. Это ощущение накладывает свой отпечаток на восприятие мира и на то, как юноша или девушка общаются с родителями, педагогами и остальными взрослыми.

Основной трудностью общения с подростком, определяют падение авторитета родителей



Может быть, это и не самая большая проблема, но эмоционально «цепляет» сильно. Тем более, что она практически неизбежна и находит свое выражение в самых разнообразных формах. От прямой конфронтации: «Ты ничего не понимаешь» или куда менее корректно, до легкой усмешки: «Ну говори... говори...». И неизвестно еще, что хуже.

Что делать?

1. Обязательно напоминать себе, что это нормальная стадия роста Вашего ребенка. Это задача его развития – проверить на прочность ценность родительского мнения и авторитета. Нарушение подростками норм и правил становится одной из проблем современного родительства. Если Вы хотите узнать, склонен ли Ваш подросток нарушать правила, то пройдите тест на портале «Я-родитель», перейдя по ссылке:



<https://www.ya-roditel.ru/parents/tests/28552/sklonen-li-rebenok-narushat-pravila/>

2. Пресекайте грубость и неуважительное поведение в свой адрес. При этом обязательно в спокойной и доброжелательной форме. Можно сказать: «Мне неприятно, что мы с тобой разговариваем в таком тоне, давай прервемся и продолжим, когда сможем поговорить спокойно». Очень важно подавать пример самоуважения и уважения к партнеру.



Узнать является ли Ваша стратегия общения эффективной, Вы можете, пройдя тест на портале «Я-родитель», перейдя по ссылке: <https://www.ya-roditel.ru/parents/tests/24255/kak-vy-razgovarivaete-s-podrostkom/>

3. Выражая свое мнение, обосновывайте его, ориентируясь на смысл, который важен для Вас. Разговаривая с подростком, уже недостаточно сказать: «Я так считаю, у меня больше опыта».

Если Ваш опыт в чем-то Вас убеждает, разверните своему сыну или дочери в чем именно, чем, как. Порой полезно сосредоточиться на содержании разговора, игнорируя возможные эмоциональные провокации – снисходительные ухмылки, реплики «ну-ну», вздохи в сторону. Конечно, только в том случае, если подросток слушает, отвечает, находится с вами в контакте. Чтобы Ваше мнение не переросло в поток с трудом переносимых нравоучений.

4. Спрашивайте мнение подростка. Как он думает, почему он так считает. Аргумент «времена изменились, сейчас все не так» со стороны подростка тоже нуждается в



расшифровке – что именно не так, почему и как сейчас. Вероятно, Вы узнаете для себя много нового и любопытного, если тон разговора будет спокойный и заинтересованный. В чем-то Ваш ребенок лучше ориентируется в реалиях современной жизни. Если Вы заметите и признаете это, трудностей в отношениях станет чуть меньше.

Тест на определение микроклимата в семье, можно пройти на портале «Я-родитель», перейдя по ссылке:

<https://www.ya-roditel.ru/parents/tests/25352/test-na-opredelenie-mikroklimata-v-seme/>

Если общение с подростком происходит на повышенных тонах. Вы стараетесь, но из раза в раз обнаруживаете, что любое взаимодействие с сыном или дочерью перерастает в конфликт;

Если подросток совершенно с Вами не считается, игнорирует все правила и нормы, принятые в Вашем доме;

Если действия подростка несут в себе опасность для него или других, а Ваши требования прекратить это не приносят результата-

Обращайтесь за консультацией психолога в Центр ППМиСП.

