

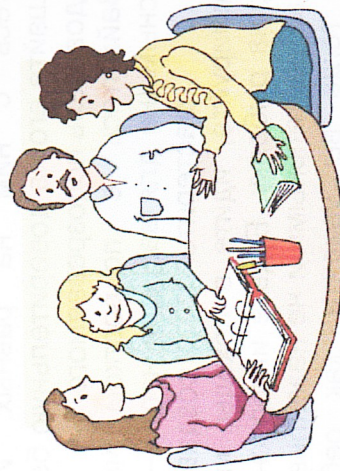
Что делать, если подросток откровенно враждебен к родителям?

Враждебность между близкими людьми свидетельствует о патологии отношений в семье. По большому счету здесь два варианта.

Первый вариант – подросток своей враждебностью отвечает на жестокое, унижающее отношение кого-либо из родителей по отношению к себе или другому члену семьи.

Второй вариант – родительская опека настолько плотна, что опутывает ребенка по рукам и ногам, буквально не давая дышать, а все его попытки получить хоть какую-то самостоятельность решительно пресекаются. Его не хотят слышать, с ним не считаются, его не воспринимают всерьез.

Жизнь с подростком в семье – это всегда война. Часто до полного морального уничтожения противника. Но разумные родители воюют не против своего ребенка, а рядом с ним, плечом к плечу. И тогда врагом является не подросток, а его и родительские страхи, сомнения, тревоги.

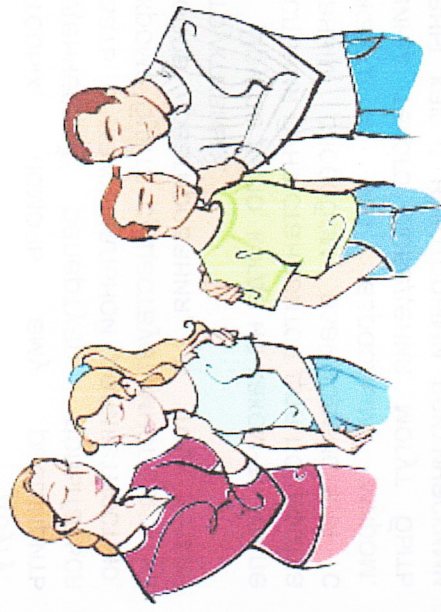


Встаньте на его сторону, услышите его желания, ослабьте хватку, дайте ему свободы.

Рекомендации родителям:

1. Выстраивайте позитивные отношения между Вами и ребенком. Беседуйте с ребенком дружелюбно, в уважительном тоне. Сдерживайте свой критицизм и создавайте позитивизм в общении. Тон должен демонстрировать только уважение к ребенку, как к личности.
2. Будьте одновременно тверды и добры. Взрослый должен быть дружелюбным и не выступать в роли судьи.
3. Контроль над подростком требует особого внимания взрослых. Ответный гнев редко приводит к успеху.
4. Поддерживайте подростка. В отличие от награды поддержка нужна даже тогда, когда он не достигает успеха.
5. Имейте мужество. Изменение поведения требует практики и терпения.
6. Демонстрируйте взаимное уважение. Взрослый должен демонстрировать доверие к подростку, уверенность в нем и уважение к нему как к личности.

Конфликты подростков: причины и способы разрешения



**Данные советы и рекомендации
помогут значительно уменьшить
количество конфликтов в семье.**

Педагог-психолог Буглакова А.Н.

Январь 2023 г.

Почему подросток начинает бунтовать?

Подросток может бунтовать, например, выражая свое категорическое несогласие с определенными действиями окружающих. В этом случае он бунтует, потому что не имеет других средств выразить свое несогласие, либо они исчерпаны.

Что делать его близким? Во-первых, учиться слушать подростка, пытаться понять его потребности, страхи, мотивацию, учиться вместе с ним доверять друг другу.

Во-вторых, помочь ему расширить поведенческий репертуар, попытаться показать с максимальной деликатностью, что кроме бунта существует много других способов реагирования, в том числе конструктивных.

Другое дело, когда на каком-то этапе взросления бунт становится для подростка основным способом взаимодействия с окружающим его взрослым миром. Причины такого поведения могут быть связаны как с некоторыми психическими нарушениями, так и с социальной ситуацией, в которой подросток находится.

Психические нарушения, к счастью, довольно редкий случай, и он совершенно точно требует консультаций медицинских специалистов.

Второй вариант, наиболее частый, – это конфликт между формирующейся личностью и ее окружением. Он напрямую связан с коренной перестройкой организма человека в подростковом возрасте. Кроме того, у ребенка за пределами семьи появляются референтные группы, на

оценки которых он ориентируется. Мнения взрослых становятся менее значимыми.

Если окружающие не учитывают этих изменений, продолжают общаться с подростком как с несмышленищем, они



угрожают его самооценке. Подросток пытается ее уберечь путем обесценивания в своем сознании травмирующих его взрослых. В результате мы получаем идеальную почву для конфликта.

Как реагировать родителям на хамство, грубость и непослушание подростка?

В ответ на хамство или грубость спокойно и уверенно отметить, что в таком тоне разговаривать с родителями невозможно, и предложить подростку некоторое время побыть одному в комнате, чтобы успокоиться. Это один из способов выйти из «горячей» фазы конфликта.

А вот обсуждать, что именно привело к конфликту, какие при этом переживания возникли у родителей, какие у подростка, как разрешить возникшее недопонимание – следует позже, на фоне спокойного эмоционального состояния всех заинтересованных сторон.

Как достучаться до подростка, если он не хочет слушать, отстраняется и уходит в себя?

Если у ребенка нет опыта доверительных бесед с родителями, например, он долгие годы развлекал себя сам, в то время как взрослые занимались собственными делами, а когда ему исполнилось 13, родители вдруг «созрели» для душевительных бесед, то как на подобные инициативы должен реагировать подросток?

Он просто не представляет, о чем говорить с этими взрослыми, он не умеет делиться своими чувствами, эмоциями, он вообще не понимает чего от него сейчас хотят. Короче говоря, для того чтобы достучаться до подростка, нужно лет за 13 до этого начать с ним общаться. И не прекращать уже.

Если по каким-то причинам такого опыта у семьи не было, и родители вынуждены пытаться достучаться до подростка, ушедшего в глухую оборону, совет тут может быть только один – навсегда забудьте о нотациях, менторском тоне, снисходительном отношении к ребенку. Будьте открыты, искренненны и терпеливы, общайтесь с ним на равных. И не приглашайте его на доверительную беседу как следователь подозреваемого.

Займитесь с подростком чем-то интересным (не для вас, для него!) – что-нибудь мастерите, создавайте, программируйте, идите в походы, музеи, театры, на рыбалку. Будьте интересными, но не наставительными и не назойливыми. И вот тогда вы увидите, как ребенок