

## Взаємини між дорослими і підлітками у родині: як уникнути суперечностей і запобігти конфліктам

1. Типи взаємин між дорослими і підлітками.
2. Чи можуть батьки зазіхати на дитину?
3. Причини конфліктів між батьками та підлітками.

Найпростішим для сучасної родини є гнучкий розподіл лідерства: кожен її член, навіть маленька дитина, визначається лідером у певній сфері життя, там, де вона або дійсно має переваги, або де сім'я дає йому простір для самоствердження. Так, дорослі можуть визнати дитину «найкращою у прибиранні квартири», і цей успіх стимулюватиме у неї самоповагу, відповідальність.

Взаємини між дорослими і підлітками можна умовно розподілити на такі типи:

- співпраця, яка ґрунтується на взаєморозумінні й взаємній підтримці, що, зокрема, допомагає якнайактивніше реалізувати функції родини; потреба кожного члена сім'ї таким чином задовольняється. Кожний член родини відчуває свою особистісну значущість (тобто свою цінність для інших); загальна атмосфера родинних взаємин тепла, дружня, сповнена позитивних емоцій;
- паритет — це рівні, «союзницькі», більш: «раціональні» стосунки, які задовольняють усіх членів родини; особистісна значущість кожного (і дорослих, і підлітків) порівнюючи з попереднім стилем взаємин, трохи зменшується, емоційні контакти слабшають, на перший план виходять пошуки доцільності кожної дії;
- змагання — взаємини, які базуються на прагненні окремих членів родини перевершити один одного в якійсь справі. Такий тип взаємин сприяє встановленню в сім'ї нервової, нестійкої атмосфери;
- конкуренція — домінування взаємин, коли переважає прагнення кожного члена родини довести свою зверхність над іншими за будь-яку ціну. Емоційний комфорт одного досягається за рахунок психологічного дискомфорту іншого;
- відсторонення — взаємини, за яких батьки «розлучаються» з підлітком, відмовляючись брати участь у його житті. Ситуація в таких родинях драматична. Для чутливих дітей відсутність батьківської любові дуже небезпечна, оскільки викликає розгубленість, страх, депресію, небажання жити;
- антагонізм — взаємини, для яких характерним є протистояння окремих членів родини і небажання жодної сторони йти на компроміс.

### **Думки, які хочуть донести до дорослих підлітки:**

1. Не піддавайтеся на мої провокації, коли я навмисно кажу і роблю щось, що засмучує вас. Інакше я знову намагатимусь здобути таку «перемогу».
2. Не змушуйте мене відчувати себе меншим, ніж я є насправді. Я компенсую себе тим, що буду поводитися зверхньо.
3. Не робіть за мене того, що я можу зробити сам. Інакше я почуватимуся немовлям, вимагаючи, щоб мене обслуговували.
4. Не робіть мені зауважень у присутності інших людей. Я сприйму ці зауваження, якщо ви поговорите зі мною віч-на-віч.
5. Не звертайте надто багато уваги на мої шкідливі звички. Зайва увага лише сприяє їх закріпленню.
6. Не намагайтеся обговорювати мою поведінку під час конфлікту. Я не маю нічого проти того, щоб обговорити її, але зробимо це дещо пізніше.
7. Не намагайтеся повчати мене. Ви б дуже здивувалися, дізнавшись, як добре я знаю, що таке «добре», а що таке «погано».
8. Не примушуйте мене вважати, що мої помилки — злочини. Я повинен навчитися робити помилки, не вважаючи при цьому, що ні на що нездатний.
9. Не прискіпуйтеся і не бурчіть. Бо інакше мені доведеться прикинутися глухим, щоб якось захиститися.
10. Не вимагайте в мене пояснень із приводу моєї поведінки. Я насправді не знаю, чому зробив те чи інше.
11. Не випробовуйте занадто мою чесність. Мене легко злякати і я почну брехати.
12. Не оберігайте мене від наслідків моєї діяльності. Мені необхідно вчитися на власному досвіді.
13. Не уникайте прямих і чесних запитань. Школи не стверджуйте, що ви довершенні й безгрішні.
14. Ніколи не вважайте, що вибачення переді мною принижує вашу гідність.
15. Не турбуйтеся про те, що ми проводимо разом дуже мало часу.
16. Ставтесь до мене так, як до своїх друзів. Тоді я теж буду вашим другом.

Виявляється, такі діти ростуть повільніше і зазвичай нижні за своїх ровесників із благополучних сімей. А така обставина додає підліткам психологічних проблем і має довгострокові наслідки.

Пубертатний період — фізіологічно, психологічно, морально найскладніший у становленні будь-якої людини. Саме в ці роки відбувається емоційне становлення особистості, яке проходить відстань від нестачі ввічливості до витримки, від суб'єктивних інтерпретацій ситуації до об'єктивних, від виникнення конфліктів до їх вирішення. Кристалізуються інтереси до протилежної статі, стихійні відчуття сексуальності трансформуються у статеву зрілість. Це вік, коли дитина починає визволятися від опіки батьків із надією на власні сили. Настає час вибору професії, життєвої філософії, усього, що складає дилему дорослого життя. Формування особистості підлітка відбувається на тлі родинного клімату, ставлення до нього батьків, інших родичів.

І якщо в родині відсутня любов, панують байдужість, хронічні конфлікти, пияцтво, нехтування інтересів підлітка, у нього формуються негативні риси характеру, мовлення спрощується до лайки, відсутній інтерес до будь-якої діяльності; знайомство з мистецтвом не виходить за межі шоу, дешевої відеопродукції, верх бере вулиця з її проблемами — курінням, пиятикою, проституцією, наркоманією.

Підлітковий вік, як правило, характеризується впертістю, свавіллям, постійним прагненням до самостійності, егоцентризмом. Пояснюється це тим, що в підлітка зарозумілість, егоцентризм виникають унаслідок того, що він уперше відчуває себе особистістю. У цей час бурхливо розвиваються самоаналіз і критичне оцінювання інших людей, зокрема батьків. Причому оцінювання людей варіюється. Допоміг чимось товариш — він чудова людина. Через кілька днів посварилися — знати його не хочу, він не може бути справжнім другом.

Дістається, звичайно, і батькам. Не дотрималися в чомусь обіцянки, виявили непослідовність — усе це негайно ставиться їм у докір. Критикують підлітки і вчителів, і літературних героїв. Розвінчуються ті, хто ще вчора був авторитетом. Утім, все це не просто нерозумна злостивість, не гра у критиканство, це ваша дитина болюче шукає свого героя, гідного наслідування.

Не треба розглядати непокору підлітка як ознаку зростаючої «зіпсованості», як наслідок поганого впливу вуличної компанії або, як крах ваших педагогічних зусиль. Зрозумійте, підліток ще по-дитячому розуміє суть дорослого стану, справжнє змужніння поєднується в нього з грою в дорослого. До того ж, підліток ще недостатньо орієнтується у всіх складнощах людських взаємин. Чимало обмежень, які так ревно підтримують дорослі, йому здаються надуманими, неприродними, нудними. Це виявляється навіть у дрібницях: «Чому треба з усіма вітатися?», «Я вітаюся

тільки з тими, хто мені подобається», «Чому я не можу фарбувати волосся і користуватися косметикою?», «Хіба я не маю права здаватися привабливішою?»).

Від батьків часто можна почути, що ледь дитині виповнилося 12—14 років, вона різко змінилася, змінилися і взаємини підлітка з батьками та старшими в родині. Дитина охолола до тих, кого ще недавно так любила, стала замкнутою, грубою, іноді зовсім некерованою. Батьки у розпачі: «Ми її не впізнаємо. Такого раніше не було.

Учені свідчать, що дійсно 86% батьків конфліктують зі своїми дітьми підлітками. Але ж ось що кажуть самі підлітки про свої взаємини з батьками як про причини конфліктів:

- обмеження свободи дій з боку дорослих членів сім'ї;
- різні, часто невмотивовані заборони;
- несправедливість, грубість, нетактовність батьків.

Виявляється, майже завжди конфлікти відбуваються з вини батьків, через відсутність у них елементарних знань про біологічні та психологічні особливості підліткового віку. Відомо, що приводом до сімейних конфліктів часто бувають підліткова брутальність і злісна неслухняність, які, зокрема, є наслідком грубості та нетактовності самих батьків щодо дітей, одне до одного, до оточуючих. А якщо це звичайна підліткова бравада — краще постаратися не зважати на неї. Те саме із неслухняністю. Напевне, тут батькам слід замислитися, наскільки доцільні всі вимоги, які ставляться до підлітка — чи немає завищених, не дуже розумних, чи не занадто ви опікуєте власних дітей.

Шановні дорослі. Настав час придивитися до себе, до власної поведінки. У сімейних стосунках неприпустимі крики, образи та погрози. Намагайтеся завжди сприймати свою дитину як складну особистість і зрозумійте: вашим підліткам потрібна не тільки ваша любов. «Я — дорослий, відповідно, я — завжди маю рацію!» — ось як традиційно ви ставите питання. А слід думати навпаки: «Я — дорослий, тому розумію тебе і твої проблеми і готовий допомогти тобі в тому, що тебе непокоїть».

Пам'ятайте, перш ніж сваритися з підлітком, потрібно визначитися, чого ви насправді прагнете: виплеснути свої негативні емоції чи вирішити проблему. Караючи підлітка у такий спосіб, ви не перемагаєте його, а, навпаки, визнаєте свою поразку як вихователя. І не забувайте слова В. Сухомлинського: «Якщо ви хочете, аби підліток прийшов до вас за допомогою, відкрив вам свою душу, — бережіть саме ті куточки душі, дотик до яких він сприймає особливо хворобливо».