**6 фраз, с которых точно начнётся скандал с подростком…**

***… и целых 9 способов, как его избежать!***

**407 873**

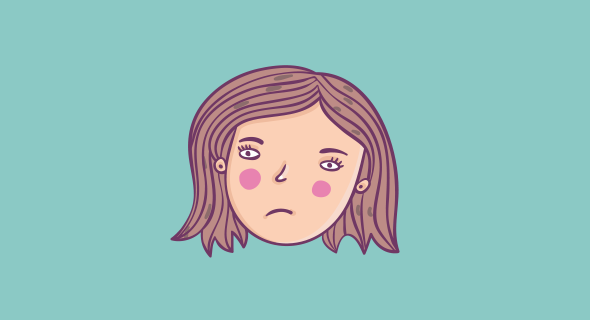
**[39](https://mel.fm/otnosheniya_s_detmi/3586247-high_school" \l "comments)**

*Желания подростков и родителей расходятся, а недовольны в итоге оказываются все. Хотя на самом деле подросток не хочет сделать больно, а родитель вряд ли мечтает о постоянных скандалах и назидательных беседах. Психолог Ирина Беляева объясняет, как не испортить отношения с собственным ребёнком, почему взрослым и подросткам так сложно понять друг друга и что с этим делать.*

Мы пытаемся понять, почему такой дорогой, близкий человек вдруг стал чужим, почему он начал грубить нам, срываться по пустякам, кричать, раскидывать свои носки по квартире, перестал убирать в комнате и не может ответить на телефон, когда в два часа ночи мама пьёт успокоительные. Ещё недавно он скупал энциклопедии, ходил на занятия по робототехнике, а учителя пели ему дифирамбы. Сегодня он хлопает дверью, заявляет, что вы «его совсем не знаете и никогда не поймёте», отказывается общаться и учиться.

Мы, взрослые, хотим знать, что всё ещё нужны своим детям, ну или хотя бы чтобы дочь мыла за собой тарелку и прилично сдала ЕГЭ. Они — настойчиво прогоняют нас из своей жизни, одновременно делая всё, чтобы задеть наши чувства, эмоции, нарушить наш покой. Подростки хотят одного, а родители — совсем другого. Все уверены, что знают лучше. Именно здесь родители и подростки могут разойтись навсегда и никогда не вернуть чувство близости.

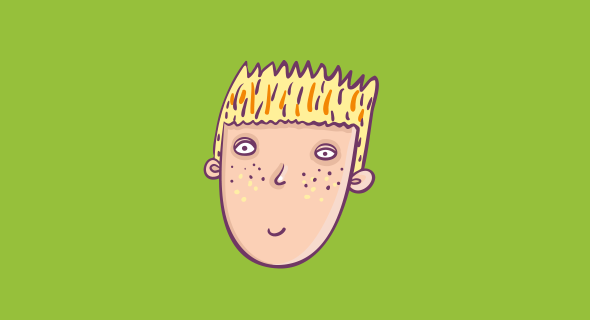
**1. «Я лучше знаю, что мне делать»**



**Подросткам** в 12-16 лет часто кажется, что они знают всё, и разбираются в этом мире лучше любого взрослого. И конечно, они рассчитывают на независимость. А первый признак независимости — доверие. «Я сам могу решать, когда делать уроки, с кем мне дружить, когда ложиться спать и что надеть на вечеринку». Да, подросткам хочется иметь столько же прав, сколько взрослым, а вот обязанностей — гораздо меньше.

**Родители** знают о способности детей увлекаться и неумении просчитывать последствия. Поэтому хотят им помочь — контролировать. Для их же блага.

**2. «Лучше бы учился, а не фигнёй страдал»**



**Подростки** уязвимы, это время самоидентификации, поиска себя. Поиск происходит одновременно по всем направлениям: кто я? Умный или глупый? Красивый или не очень? Смелый или трус? Какие у меня политические взгляды? Сексуальная ориентация? Жизненные принципы? Вдруг окажется, что я недостаточно хорош? Вдруг меня никто и никогда не полюбит настоящего? Или ещё хуже, я так и не узнаю, какой я настоящий?

Есть от чего потерять уверенность в себе. В такой период человеку прежде всего нужно абсолютное принятие его любого. Важнее феномен «принятия» может быть только для младенцев, когда формируется базовое доверие к миру после рождения. В подростковый период происходит второе рождение — духовное, это очень энергозатратный процесс.

**Родители** понимают, что через пару лет ребёнок окончательно вырастет — пойдёт учиться, работать, строить свою жизнь. Мы хотим видеть результаты своих стараний, понять, что же у нас получилось. Мы переживаем за будущее детей, нам нужно быть уверенным, что он поступит в тот вуз, который выберет, вокруг него будут хорошие люди, а у него самого — чистая совесть. Мы бесконечно транслируем свои ожидания, хотя и понимаем, что будем любить детей любыми. Они этого не знают или просто не верят в нашу любовь.

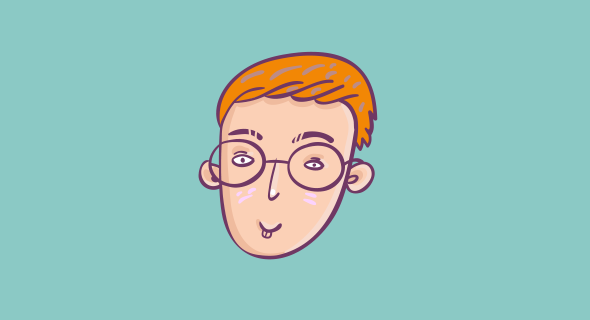
**3. «Вы меня вообще не понимаете!»**



**Подростки** сосредоточены на себе и практически не слышат никого вокруг. Зато им необходимо быть услышанным. Поэтому в юности мы так часто творим — пишем стихи, рисуем, сочиняем музыку, нам очень нужно сообщить о себе окружающему миру. Факт пренебрежения, когда нас не слушают, не слышат, не считаются с нами, не интересуются нашими ценностями — ранит очень глубоко. Одна из самых распространённых претензий детей к родителям: «они меня не слышат, игнорируют, им наплевать на моё мнение и мои увлечения, им просто не дано меня понять».

**Родители**, часто от бессилия и растерянности, продолжают читать детям нотации по поводу их поведения, бесконечно повторяя одно и то же. Ведь никто всерьёз не считает, что в 14 лет человек не в курсе того, что употреблять алкоголь вредно, некрасиво кричать на папу и маму, а уходить вместо обещанного часа на всю ночь — плохо. Да, то, что от результатов ЕГЭ зависит вся их будущая жизнь (что неправда), они тоже усвоили с первого класса. Нет смысла постоянно повторять правила, у нас было на это десять лет, и дети успели их усвоить, настала пора слушать.

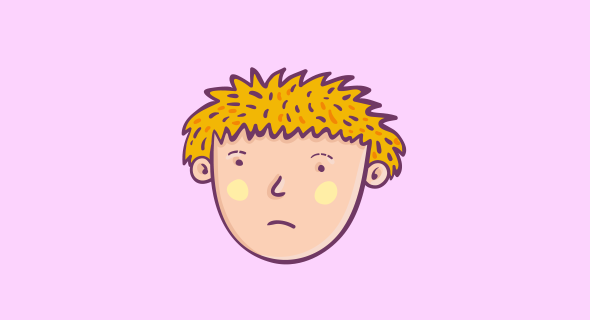
**4. «И зачем вообще мне это надо?»**



**Подростки** находятся в поиске ответа на вопрос «Зачем всё это?». Культурологи, антропологи, философы рассказывают нам, что человек отличается от животного способностью к рефлексии и поиску смыслов. В том числе ответу на вопрос, а зачем мы живём. Есть несколько периодов, когда мы пытаемся найти своё решение этой задачи, и главный из них — ранняя юность. В процессе поисков мы можем прийти к выводу, что смысла нет, или пуститься во все мыслимые и немыслимые эксперименты со свой жизнью, психикой и здоровьем. Подросток решает глобальные вопросы: куда он идёт, зачем живёт, что есть добро и зло.

**Родители,** естественно, переживают о будущем детей, постоянно напоминают о «банальных вещах» типа экзаменов в школе. (Конечно, они не банальны. Но поверьте, никто не боится ЕГЭ так, как сами школьники. Не стоит их «мотивировать» за счёт повышения тревожности).

**5. «Мне вообще всё равно, что будет завтра»**



**Подростку** кажется, что существует только сегодня. Какая разница, что будет с ним в 35, если ОНА завтра не придёт на свидание. В чём смысл размышлений о карьере, если сегодня его стихи или научный проект никто не оценит, а любимый педагог похвалит? Какая вообще разница, что будет завтра? И существует ли жизнь после 25?

**Родители**, наученные жизненным опытом, понимают, что если ОНА не придёт завтра, то послезавтра можно встретить другую, стихи после 25 обычно не пишут, а вот образование важно получить хорошее. В чём-то мы правы. Но даже если мы уверены, что все переживания детей — лишь гормоны и недостаток опыта, никогда не стоит говорить об этом вслух. Тем более, это не так.

**6. «Вы мне вообще никто»**



**Подростки** стараются отделиться от родителей. До 11-12 лет человек познаёт себя, ориентируясь на обратную связь от близких и значимых взрослых — родителей, учителей. Этот период называют «я-зеркальное», потому что мы «зеркалим» реакцию окружающих на нас. Позже наступает время «бить зеркала» — попытка понять, какой я на самом деле. Для этого нужно максимально удалиться от тех, кто окружал тебя ранее, бежать от родителей, от их ценностей и авторитета.

**Родители** привыкли к тому, что до какого-то времени были практически «полубогами» в глазах своих детей, после семи налёт божественности спал, но уважение и любовь остались, поэтому так тяжело принять факт отвержения. На самом деле любовь никуда не делась, а вернуть человека проще, если не держать, но всегда быть готовым к возвращению.

Источник: https://mel.fm/otnosheniya\_s\_detmi/3586247-high\_school