

Как найти взаимопонимание с подростком?

В последнее время к психологам часто обращаются родители с детьми-подростками, которые жалуются на то, что они не понимают друг друга. Дети ничего не хотят, ничем не интересуются, а родители бьются над тем, чтобы обеспечить ребенку все, чего не имели сами, и не понимают, почему ребенок это не ценит.

А все достаточно просто. Когда Вы хотите что-либо сделать для своего ребенка, спросите его, а нужно ли ему это. Важно ли для вашего подросткового сына (дочки), то, что вы ему предлагаете, или это важно для Вас. Каждый человек имеет равные права, и несет равную ответственность за свои поступки.

Человек не лучше и не хуже Вас, если думает по-другому. Стоит иметь в виду, что каждый имеет право жить в согласии со своими представлениями, главное, чтобы это не нарушало права окружающих людей, и если Вы хотите свободы в этом вопросе для себя – уважайте подобную свободу для других! В том числе для подростка. Даже если представления Вашего ребенка не совпадают с Вашими.

Попробуйте продемонстрировать своим поведением такую позицию: «Я уважаю твою систему, не сомневаюсь в ее ценности (а значит – в твоей ценности как человека!), но у меня есть свои причины, по которым в данный момент мне удобнее то-то и то-то, что находится в рамках закона».

Подросток должен чувствовать, что Вы хорошо к нему относитесь, причем именно в тот момент, когда Вы с ним взаимодействуете. Проявляйте свою любовь к нему и доверие к его выбору действий.

Ведь для каждого действия (или его отсутствия) в жизни есть свои причины! Если ребенок зависает над «компом», или перед экраном телевизора – он что-то получает от этого; если ребенок не хочет убирать за собой, или возвращаться вовремя домой, у него есть для этого причины!

Как найти взаимопонимание с подростком

Автор: admin

20.03.2011 10:27 - Обновлено 29.10.2014 13:43

Как только Вы «забудете» о «превосходстве» ваших аргументов и примите за аксиому равнозначность Ваших желаний («для него это важно!»), Вам станет гораздо проще. Потому что Вы обнаружите, что энергия неоправданного ожидания понемногу уйдет из вашей жизни, очистив поле для реального, эффективного взаимодействия и понимания.

Если Ваши слова регулярно не производят действие, значит, Вы недостаточно знаете истинные потребности Вашего ребенка. Стоит поговорить об этой ситуации отдельно и попросить его объяснить Вам, «что именно значит это действие (бездействие) для него?». Возможно, в результате Вы найдете компромисс или примете ситуацию такой, какая она есть, освободившись от массы негативных эмоций по этому поводу!

Наши эмоции, как и ожидания, очень сильно мешают видеть ситуацию как она есть. Можно, конечно, и «надавить», но в этом случае, даже если «результат получен», впоследствии окажется, что Вам нужно прилагать все больше и больше сил для его достижения. Плюс – подросток теряет способность самоуправления и двигается вперед только вашими «пинками».

Так стоит ли тратить силы и энергию впустую? Может, стоит научиться самим и помочь подростку научиться пользоваться своими правами и брать ответственность за свои действия (или бездействие)?

Автор - Сергей Гриваченко

[Источник](#)