

КАК ИЗБЕЖАТЬ ССОР С РОДИТЕЛЯМИ?

Уважаемый друг!

Не всегда бывает легко ладить с родителями. Особенно в подростковом возрасте, когда за каждым невинным словом мерещится покушение на твой суверенитет и самостоятельность. Ссоры могут возникнуть буквально на ровном месте и могут быть двух типов: **Конфликты содержания.** Родители еще не привыкли к твоей взрослости и у них не получается перестроиться к стилю и манере общения. Пойми это и помоги им!

Ты уже достаточно взрослый, чтобы заявлять о своих правах, но совсем маленький в желании взять на себя ответственность за все свои дела и поступки. Будь взрослым не только на словах, но и на деле! Понаблюдай за собой, не даешь ли ты родителям повод:

- Ты не замечаешь того, что родители устают на работе. И факт, что тебя вкусно кормят, модно одевают и вовремя финансируют, воспринимаешь как должное. На упреки родителей - парируешь, что не просился на белый свет, и потому... В таких случаях полезна будет поездка в детский дом, где тебе быстро объяснят, кто, кому, и что должен. И тогда ты по-новому оценишь то, что имеешь.

- Любую домашнюю работу (включая самообслуживание) обычно делаешь из-под палки. Причем сделанное тобой помнишь долго, а усилия остальных членов семьи считаешь само собой разумеющимся. С точки зрения звериного эгоизма, может, ты и прав. Если мама тобой воспринимается по жизни как прислуга, то знай, что прислуга получает денежное вознаграждение. В случаях, если оно не выплачивается, служанка просто увольняется! Делай выводы.

- Учишься не в полную силу, если не сказать небрежно. Если родителям будут советовать, не обращать на это внимание, у них все равно не получится. Потому что эти чудаки хотят для тебя лучшей доли. Им невдомек, что для тебя самая кайфовая цель – это таскать ящики или швабру, быть «шестеркой». И на объявления о найме на работу, в которых почти везде требуются специалисты с высшим или среднеспециальным образованием, ты тоже плюешь с высокой колокольни. Может, оно тебе ни к чему, раз есть те, кому нужны просто работники?

- Ты не делишься с родителями тем, что происходит в твоей жизни, вынуждая ее к тому, чтобы добывать информацию запрещенными способами.

- По-детски реагируешь на любую критику – «гордо» молчишь, скандалишь, хлопаешь дверью.

Конфликты стиля общения. В этой сфере грешат в равной степени обе конфликтующие стороны, но по разным причинам:

1. Повышенный тон, обидные интонации, пренебрежительные или угрожающие жесты во время спора.

2. «Переход на личности», грубость, ненормативная лексика.

3. Вместо логики и убеждения применяется силовое физическое или психологическое воздействие. Здесь всем приходится не сладко. Легче всего, в порыве гнева выгнать из дому или уйти из него, чем работать над налаживанием нормальных отношений! Больнее всего бывает от ощущения собственного бессилия и обиды. И не думай, что право на эти эмоции принадлежит только тебе – поверь, родители чувствуют то же самое!

Совет. Сядь в своей комнате, успокойся и попробуй разобраться, почему папа с мамой поступают с тобой именно так, а не иначе. Посмотри на ситуацию со стороны, представь, что бы ты делал на месте родителей? Или войди в роль инопланетянина, который наблюдает за жизнью землян и пытается понять их поведение. Задай себе разные вопросы и ответь на них. Например, почему это ее не пускают на улицу вечером? Им же лучше будет – отдохнут, пообщаются между собой. Неужели, и правда, боятся?

Еще как боятся! Откуда им знать, готов ли ты по-взрослому поступить в трудный момент? Родителям потому и не страшно идти на скандал с тобой: подумаешь, обидится, зато будет жив и здоров, а это главное.

Если из дома выгоняют твоих друзей, отнимают ноутбук. Может, здесь родители и неправы, пусть сила – не главный аргумент, но понять причины этих действий, в принципе, можно. Если в какой-то момент папе с мамой показалось, что ты сбился с пути (дурная компания, плохие оценки, учителя жалуются), они приходят в отчаяние, им страшно бросить тебя «на произвол судьбы». Вот и действуют, как спасатели на берегу – хватают за волосы и тащат из воды (пусть больно, зато жив будет!). А потом выясняется, что ты и не собирался тонуть. В итоге обидно всем.

Чтобы выйти из подобных ситуаций, воспользуйся некоторыми практическими **советами**:

1. Тебе нужно что-то от родителей – не скандаль, учись договариваться. Договор должен быть в пользу обеих сторон. Тебе хочется купить обновку – пообещай, что - то взамен, и выполняй обещанное, без напоминаний. Выгодно и тебе и родным. Твоя задача, – не убедить всех в своей правоте, а заинтересовать их в своем предложении.
2. Если с тобой говорят повышенным тоном, не огрызайся, не кричи и не злись. Чем доброжелательнее и спокойнее ты будешь говорить, тем быстрее беседа даст результат. При этом необязательно уступать во всем, можно согласиться с некоторыми пунктами.
3. Если интонации взрослых тебя все равно обижают, попробуй разрядить обстановку, переключившись с обсуждаемой проблемы фразой «Мне обидно, что на меня кричишь, давай поговорим спокойно».
4. Фразы типа «Вам все равно не докажешь» или «Ты никогда меня не понимаешь» только подольют масла в огонь.
5. Если родители переходят к обобщениям, старайся удерживать разговор вокруг конкретного вопроса. Очень хочу пойти к подруге, приду вовремя, перезвоню, буду аккуратна и т.п. Только потом не забудь сдержать обещание.
6. Наедине с собой подумай, в чем родители правы, споря с тобой. Тебе кажется, что признаться себе самой в собственной неправоте легче, чем вслух маме с папой? Ерунда – признавайся на всю катушку, это выгодно: в следующий раз тебя будут больше уважать, и от крика перейдут к настоящим аргументам.
7. Если родители не должны применять по отношению к тебе физическую силу, то и ты не должна их на это провоцировать!
8. Даже если взрослые совершили явную глупость или грубость по отношению к тебе, оставь им пути к отступлению (они, наверняка, уже сами почувствовали, что переборщили). Скажи им, что ты все равно их любишь, и предложи поговорить спокойно.

Надеюсь, что эти советы помогут тебе смотреть на семейные ссоры под другим углом зрения.

Педагог-психолог высшей категории Рой М.Н.