

## **Телефон доверия как средство помощи в проблемах детско-родительских отношений в период подросткового возраста.**

*Нечай И.В.*

Подростковый возраст является одним из наиболее кризисных возрастных периодов. Именно в это время становления личности ребенок становится "трудным". Как правило, подросткам присущи предельная неустойчивость настроения, поведения, постоянные колебания самооценки, ранимость, неадекватность реакции. Этот возраст богат конфликтами и осложнениями. Все это требует от взрослых, окружающих подростка, пристального внимания, предельной тонкости, деликатности, вдумчивости.

Очень часто на телефон доверия обращаются родители с вопросами о воспитании детей-подростков. Причем звонки такого рода составляют большую часть от всех звонков по детско-родительским взаимоотношениям. Родителям зачастую бывает сложно понять, почему их ребенок, такой послушный и ласковый вчера, сегодня хамит, грубит, поздно приходит домой и совершенно отказывается слушаться. В попытках решить эту дилемму, родители обращаются за помощью к психологам. Не каждая мать сможет выкроить время для посещения школьного психолога. И в этой ситуации телефон доверия оказывается наилучшим выходом из создавшейся ситуации.

Так собственно, с какими проблемами зачастую обращаются родители на детский телефон доверия? Самые распространенные из них – Ребенок хамит. Отказывается делать уроки. Не ходит в школу, поздно приходит домой или же вообще не ночует дома. Ребенок попал в плохую компанию, стал употреблять спиртное, курить и т.д. и т.п. Более всего во всех этих ситуациях родителей больше всего ранит момент утраты их родительского авторитета. И как бы ни пытались они его вернуть, все попытки разбиваются о стену непонимания, возникшую между родителем и ребенком. И в первую очередь перед психологом-консультантом стоит задача разъяснить родителям, откуда эти самые изменения берутся. Рассказать - что есть подростковый кризис. Помочь найти варианты и способы решения того, как с наименьшими потерями возможно пережить этот этап в жизни ребенка

У слова «подросток» всегда наготове определение «трудный». Говоря так, родители обычно имеют ввиду, что с ним трудно найти общий язык. Но самое важное, что здесь нужно постараться дать родителям понять, так это то, что этот период труден, прежде всего, и для самого ребенка тоже. Это период потерь детского мироощущения, расставания с более беззаботным и безответственным моментом жизни - детством. Это время мучительных сомнений в себе и своих возможностях. Это пора кризисов, драматических переживаний. И от того, как подросток пройдет через все это, зависит в дальнейшем его физическое и психическое здоровье. И

благополучное завершение этого возрастного этапа в жизни ребенка в значительной мере зависит от самих родителей. И вместо упреков и порицаний ребенок в первую очередь нуждается в их принятии и эмоциональной поддержке.

Так откуда собственно берут свои корни проблемы подросткового кризиса? В период подросткового возраста ребенок попадает в новую для него социальную ситуацию развития. Перестраивается его организм, меняется характер социальных взаимоотношений с окружающим миром. Подростковый возраст – возраст наиболее интенсивного развития личности. Появляется большое количество новых значимых внутриличностных новообразований и подростку приходится сталкиваться с множеством внутренних конфликтов. Внутренний конфликт вполне может преобразоваться в кризисное состояние, если конфликт игнорируется или решается непродуктивным для развития личности образом. Далеко не все родители в полной мере осознают все тонкости этого особенного периода в жизни их ребенка. Возникающее недопонимание приводит к конфликтным ситуациям и делает протекание этого далеко непростого этапа в жизни ребенка еще более сложным.

Личность подростка дисгармонична: меняется система интересов, протестующий способ поведения сочетается с возрастающей самостоятельностью. Отношения с другими детьми и взрослыми становятся более многообразными и содержательными. Значительно расширяется сфера деятельности ребенка. Меняется характер. Стремление найти свое место в обществе становится преобладающим. Оно, в свою очередь, порождает у подростка стремление понять самого себя, развивает у него чувство ответственности, критическое отношение к себе и другим людям. Важнейший момент – осознание подростком своего «я». Это осознание осуществляется и в самооценке, и в отношениях со сверстниками и взрослыми.

Подросток требует признания своей самостоятельности, своего равенства, хотя для этого отсутствуют реальные условия – и физические, и интеллектуальные, и социальные. Подросток постоянно пытается испробовать, «чего он может добиться». Отсюда противопоставление себя другим, часто негативное. В результате ребенок нередко оскорбляет окружающих людей только потому, что хочет испытать собственную независимость. Но ведь негативизм, упрямство подростка, желание настоять на своем есть не что иное, как своеобразные упражнения в познании своих возможностей. Каждый случай победы или поражения становится капиталом его самосознания. Этим и объясняется развивающийся у подростка повышенный интерес к другим людям, особенностям их поведения и характера. Постоянным сравнением себя с ними, «примериванием» их особенностей и качеств на себя он создает свое «я». Однако это стремление к самостоятельности зачастую и становится одним из главных катализаторов конфликтов. Пребывая в растерянности, родители приходят к выводу, что почти ни одно из недавних средств

влияния на ребенка, больше не действует. В свою очередь, подросток, проявляет свою самостоятельность, как умеет – грубо общается с родителями, не приходит домой, школа больше далеко не в авторитете. Наказания не помогают, уговоры тем более. В поисках помощи, родители обращаются на детский телефон доверия, в надежде получить ответы на свои вопросы. Психолог-консультант помогает родителям увидеть проблему под другим углом, помогает понять, как и почему та или иная ситуация привела к конфликту. Помогает найти пути решения, а также помогает понять, как следует скорректировать свое поведение, чтобы в дальнейшем уметь сглаживать «острые углы» в отношениях.

У ребенка подросткового возраста уже нет наивной веры в авторитет родителей и педагогов. Он смотрит на них критически, замечая противоречия между словом и делом, недостатки, ошибки взрослых, хотя исключительно дорожит общественным мнением и отношением к себе взрослых, стремясь выработать в себе такие черты, которые позволяли бы ему добиваться успехов в деятельности и улучшать взаимоотношения с другими людьми. Между тем подросток, взаимодействуя с миром людей, воспринимает этот мир через посредство взрослых и их оценок. Самооценка, формирующаяся под влиянием оценок взрослых и, что не менее важно, под влиянием результатов собственной деятельности подростков, начинает активно влиять на их поведение, определяя их реакции на воздействия окружающих.

В подростковом возрасте формируются нравственные принципы, которыми ребенок начинает руководствоваться в поведении, упорно их отстаивать. С развитием сознания, с ростом интереса к нравственным качествам людей и к их взаимоотношениям у подростков возникают идеальные образы поведения. «Нравственный идеал подростка - это исключительно эмоционально окрашенный образ, становящийся не только образцом для подражания, но своеобразным внутренним критерием самооценки, регулятором собственного поведения. Все это создает ту внутреннюю среду подростка, которая обеспечивает ему «возможность» стать самостоятельным и самому в большей или меньшей степени управлять своим развитием». Подростки начинают оценивать других людей не только раньше, но и строже, требовательнее, чем самих себя. Правда, оценивают они людей зачастую по отдельным действиям, поступкам или качествам, перенося эту оценку на личность в целом. Более того, подростки порой оценивают поступки человека, не понимая их мотивов и целей, неумело обобщая недостатки взрослых и вынося скороспелые и максималистические суждения.

Социальный статус подростка мало чем отличается от детского. Психологически этот возраст крайне противоречив. Для него характерны максимальные диспропорции в уровне и темпах развития. Подростковое чувство взрослости - главным образом новый уровень притязаний, предвосхищающий положение, которого подросток фактически еще не достиг. Желание подростка жить самостоятельной жизнью не

подкрепляется изменением школьного статуса, статуса в семье и обществе в результате возникает кризис подросткового возраста суть которого составляют свойственные этому возрасту подростковые поведенческие реакции.

В первую очередь, задача, которая стоит перед психологом телефонного консультирования – это помочь родителям наладить отношения с их детьми.

Вызывающее поведение подростка можно объяснить присущим этому возрасту желанием сепарироваться от родителей, быть самостоятельным и независимым, вырваться из-под опеки и контроля старших. Эта реакция может распространяться на установленные старшими порядки, правила, законы, стандарты поведения и духовные ценности. Потребность высвободиться связана с борьбой за самостоятельность, за самоутверждение как личности. В психологии это называется реакция эмансипации.

Эта реакция у подростков разворачивается под действием социально-психологических факторов (чрезмерная опека со стороны старших, мелочный контроль, лишение минимальной самостоятельности и всякой свободы, продолжающееся отношение к подростку как к маленькому ребенку).

Больше всего подросткам хотелось бы видеть в родителях друзей и советчиков. При всей их тяге к самостоятельности, юноши и девушки остро нуждаются в жизненном опыте и помощи старших. Многие волнующие проблемы они вообще не могут обсуждать со сверстниками, так как мешает самолюбие. Да и какой совет может дать человек, который прожил так же мало, как ты? Семья остается тем местом, где подросток, чувствует себя наиболее спокойно и уверенно.

Рост самостоятельности ограничивает и функции родительской власти. К старшим классам поведенческая автономия, как правило, уже весьма велика: старшеклассник самостоятельно распределяет свое время, выбирает друзей, способы досуга и т. д. В семьях с более или менее авторитарным укладом эта автономизация иногда вызывает острые конфликты. Причина этого коренится, прежде всего, в психологии взрослых, родителей, не желающих замечать изменение внутреннего мира подростка.

Наилучшие взаимоотношения подростков с родителями складываются обычно тогда, когда родители придерживаются демократического стиля воспитания. Этот стиль в наибольшей степени способствует воспитанию самостоятельности, активности, инициативы и социальной ответственности. Поведение ребенка направляется в этом случае последовательно и вместе с тем гибко и рационально.

Родителям следует объяснять мотивы своих требований и поощрять их обсуждение с подростком. Использовать свою власть лишь в меру необходимости. Устанавливать и проговаривать четкие правила и твердо проводить их в жизнь, но в то же время не считать себя непогрешимыми.

Прислушиваться к мнению ребенка, но и не исходить только из его желаний.

Авторитарный стиль вызывает у детей отчуждение от родителей, чувство своей незначительности и нежеланности в семье. Родительские требования, если они кажутся необоснованными, вызывают либо протест и агрессию, либо привычную апатию и пассивность. Перегиб в сторону всетерпимости вызывает у подростка ощущение, что родителям нет до него дела. Кроме того, пассивные, незаинтересованные родители не могут быть предметом подражания и идентификации, а другие влияния - школы, сверстников, средств массовой коммуникации - часто не могут восполнить этот пробел, оставляя ребенка без надлежащего руководства и ориентации в сложном и меняющемся мире. Ослабление родительского начала, как и его гипертрофия, способствует формированию личности со слабым «Я».

Но если с маленькими детьми авторитарность еще «проходит», то теперь она неминуемо порождает конфликты, причем приходится платить и по старым, давно забытым счетам.

Отношения детей и родителей асимметричны, неравноправны. Многие родители, привыкнув распоряжаться детьми, болезненно переживают ослабление своей власти.

Исполненные сознания своих прав, взрослые редко уважают права других. Взрослый с легкостью и без всякого чувства вины вторгается на чужую территорию, в чужую душу. Тогда подростки замыкаются в себе или бросаются с кулаками на непрошеного посягателя на его душу, вследствие чего подростковые поведенческие реакции принимают свои крайние формы вплоть до полного разрыва с семьей или суицидальных попыток и правонарушений.

Проблемы подросткового воспитания - это очень большое испытание для родителей. Для многих родителей становится большой проблемой позволить их подросткам стать независимыми, выйти из под родительского контроля, быть ответственными за свои поступки. В этот период значительно расширяется объем деятельности ребенка, качественно изменяется ее характер.

Уже не будучи ребенком, подросток еще не воспринимается обществом как взрослый в силу его социальной незрелости и фактически отсутствия социального статуса. В то же время общество уже предъявляет к нему «взрослые требования». Стили родительского воспитания оказывают существенное воздействие на растущего человека, закладывая модели ролевого поведения, формируя личность, самосознание, самооценку и как следствие всего этого – поведение в межличностном общении.

Каждый человек – и взрослый, и подрастающий – имеет свои трудности, огорчения и нуждаются в поддержке, совете, утешении. Переживания ребенка, подростка, ничуть не меньше, а подчас более острые, чем у взрослого. Ребенок готов поделиться сокровенным со

взрослым, который в него верит. Если же он ждет только осуждения и приговора, вряд ли откровенный разговор состоится.

Постоянное всматривание, вчувствование в эмоциональное состояние, внутренний мир, в происходящие изменения душевного строя, признание права на индивидуальность – все это создает основу правильного понимания личности подростка в процессе воспитания. Умение поставить себя на место другого человека, посмотреть на происходящее с его позиции – необходимый компонент психологического общения взрослого и подростка.

Таким образом, обращаясь за консультацией к психологу на детский Телефон доверия, родители получают возможность увидеть ситуацию под другим углом. В результате проработки различных способов и вариантов решения конфликта, родители смогут найти что-то, что уложится именно в их семейную систему и позволит наладить отношения с ребенком. Ранее безвыходная ситуация начинает казаться вполне решаемой и преодолимой. Таким образом, нахождения и проработка новых конструктивных путей решения конфликтной ситуации может быть для абонента одним из важных результатов проделанной работы психолога-консультанта на Телефоне доверия.