**УДК 347.645**

**Секрет хороших взаимоотношений родителей с детьми подросткового возраста.**

**Кузьмина Валерия Евгеньевна**

**Бакалавр**

**Научный руководитель:** Ризванова Диана Дамировна

Ассистент кафедры информатики, естественнонаучных дисциплин и методик преподавания

«Белгородский государственный национальный исследовательский университет», город Белгород

***Аннотация:*** *данная статья посвящена изучению и устранению проблем, возникающих в процессе взаимоотношений родителей с детьми подросткового возраста. Особенно актуально для нашего времени, так как в наше время мы всё чаще встречаем трудных подростков, с которыми не знают, как правильно выстраивать отношения родители.*

***Ключевые слова:*** *Взаимоотношения родителей и подростков, подростки, родители, проблемы с отношениями с подростками, решение проблем взаимоотношений родителей с детьми подросткового возраста.*

Важно изучать особенности общения в семье, потому что в сегодняшнем, стремительно развивающемся обществе, особая роль отводится первичной социализации – процессу, готовящему человека к самостоятельной жизни. Как бы хорошо тема взаимоотношения детей и взрослых ни была изучена специалистами, большинство родителей и подростков не понимают причин того или иного поведения друг друга, а, следовательно, не видят и некоторых рациональных способов разрешения проблем данного поведения.

Проблемы во взаимоотношениях детей и родителей существовали всегда. Особенно остро они проявляются в современном мире: большинство подростков пытаются доказать свою «взрослость» родителям, демонстрируя свою самостоятельность и независимость.

Переходным подростковый возраст является во всех отношениях Именно в этот период у человека происходит формирование характера, выявляются и закладываются некоторые другие личностные способности, наклонности, интересы, значительная часть социальных отношений. Этот возраст часто называют «трудным» и не случайно. Ведь подростковый возраст является одним из важнейших этапов жизни, который во многом определяет будущее становление личности. Этот период характеризуются рядом особенностей, связанных с появлением чувства взрослости, физиологическими изменениями организма, отношениями со сверстниками и взрослыми. В эти возрастные периоды формируется мировоззрение, ценностные ориентации, самосознание, создаётся идеальный образ «Я», происходит осознание своих возможностей, способностей и интересов, происходит поиск себя.

Родители являются главнейшим фактором первичной социализации, но помимо этого для подростков, которые усваивают модель поведения и общения своих родителей, благодаря которой они вырабатывают свои собственные взгляды, нормы, установки и ценности, родители становятся для своих детей источником приобретения жизненного опыта и преподносят им возможность проявить этот опыт в окружающем мире.  Большое значение имеет и дисциплина: поощряя или осуждая определенные типы поведения, родители влияют на поведение ребёнка.

Следует отметить, что у родителей в этот период его ребенка имеется одна основная цель - содействие в решении трудных жизненных проблем. В этот период подросток входит в период усиленного взросления, приобретения самостоятельности, он отыскивает и завоевывает для себя всевозможные социальные роли, круг его общения живо расширяется и не всегда у подростка выходит контролировать расширения данного круга общения. Родители же являются основным источником информирования и помощи, так как особенно их жизненный опыт и их содействие очень важны для подростка. Собственно поэтому, если у подростков появляются проблемы, влияние родителей будет определяющим.

Выделяют несколько личностных психологических особенностей родителей, которое оказывает существенное влияние на формирование личности любого ребёнка.

М. В. Соколовой (Быковой) и Е. О. Смирновой были выделены семь вариантов родительского поведения:

«1. Строгий. Родитель действует в основном силовыми, директивными методами, навязывая свое мнение, систему требований и готовые решения ребенку.

2. Объяснительный. Родитель апеллирует к здравому смыслу ребенка, прибегает к словесному объяснению.

3. Автономный. Родитель позволяет ребенку самому найти выход из сложившейся ситуации, предоставляет ему максимум свободы в выборе и принятии решения, максимум самостоятельности, независимости.

4. Компромиссный. Для решения проблемы родитель предлагает ребенку что-либо привлекательное в обмен на совершение ребенком непривлекательного или необходимого для него действия либо предлагает разделить обязанности, трудности пополам.

5. Содействующий. Родитель понимает, в какой момент ребенку нужна его помощь и в какой степени он может и должен ее оказать.

6. Потакающий. Полная ориентация на потребности и интересы ребенка, которые ставятся выше родительских, а порой и выше интересов семьи в целом.

7. Ситуативный. Родитель принимает соответствующее решение в зависимости от той ситуации, в которой он находится; у него нет универсальной стратегии воспитания ребенка [5].

Родительское отношение под влиянием воспитательных установок может влиять на условия развития ребёнка, например, могут смягчать эти неблагоприятные условия развития, а могут, наоборот, приводить ребёнка к неблагоприятному развитию различных черт характера.

А. Е. Личко и Э. Г. Эйдемиллер выделяют следующие виды неправильного воспитания:

*«Гипопротекция.*В крайней форме проявляется безнадзорное воспитание, с недостатком опеки, контроля и истинного интереса к делам, волнениям и увлечениям ребенка.

*Скрытая гипопротекция*наблюдается, когда контроль за поведением отличается крайним формализмом. Ребенок чувствует, что старшим не до него. Скрытая гипопротекция нередко сочетается со скрытым эмоциональным отвержением. Обычно ребенок подросткового возраста научается обходить формальный контроль и живет своей жизнью. Он привыкает к праздному образу жизни и часто оказывается в асоциальных компаниях.

*Потворствующая гипопротекция.*При таком стиле воспитания родители пренебрегают сигналами со стороны о его дурном поведении, негодуют по поводу общественных порицаний, стремятся оправдать его поступки, переложить вину на других, оправдывают своего ребенка, любыми средствами стараются освободить от заслуженных наказаний.

*Доминирующая гиперпротекция*характеризуется постоянной чрезмерной опекой, мелочным контролем за каждым шагом, системой постоянных запретов и неусыпного бдительного наблюдения за подростком.

*Эмоциональное отвержение.*При этом типе воспитания ребенок постоянно ощущает, что им тяготятся, что он — обуза для родителей, что без него было бы легче [1].

От того, какого типа будут родители, будет зависеть будущее их детей, так как приобретённые им привычки и усвоенная модель поведения в детстве, которые они приняли от родителей, усвоятся ими на всю оставшуюся жизнь, тем самым упрощая или усложняя её. А также от психологических особенностей будут зависеть дальнейшие взаимоотношения родителей и детей.

Особенность взаимоотношений родителей и детей подросткового возраста состоит в том, что у подростков остро стоит вопрос независимости и самостоятельности. И главной ошибкой родителей является лишение их этой независимости и самостоятельности.

Поведенческая эмансипация подростка в наибольшей степени пугает родителей и служит причиной для конфликтов в семье. По мнению А.А. Реана: «Личные проблемы подростков, возникающие в сфере поведенческой эмансипации, лежат в следующих «конфликтогенных» областях:

-социальная сфера жизни: выбор друзей и партнеров, проведение свободного времени, планирование будущего, инфантильное поведение;

-внешний вид и манера поведения: вредные привычки (курение, алкоголь, наркотики), сквернословие, лживость, сексуальная жизнь;

-школа: успеваемость, посещаемость, общее отношение к учебе и учителям, поведение в школе;

- поведение в семье: выполнение хозяйственных работ по дому, расходование денег, отношение к личным вещам, одежде, к семейной собственности - жилью, мебели, бытовым приборам, демонстративное поведение по отношению к родителям, ссоры с братьями и сестрами, взаимоотношения с престарелыми родственниками и др.» [2].

Обратите внимание, ведь зачастую сама проблема детско-родительских отношений заключается в том, что родителям очень трудно передать ответственность за поведение детей самим детям. Свои действия родители оправдывают тем, что они беспокоятся за своих детей и их будущее. Всё это, может быть, и вполне логично, но подростку нужно давать максимум свободы действий, чтобы он учился на своих ошибках и не повторял их в будущем. Человек, которого очень контролировали во всех сферах и оберегали даже от малейших неприятностей, будет несамостоятельным во взрослой жизни и не сможет принимать никаких решений самостоятельно, что помешает ему прожить счастливую жизнь, так как она будет состоять из принятых решений совершенно чужих людей.

Следует отметить ещё одну главную ошибку родителей – отсутствие теплого общения с подростками. В подростковом возрасте родители только и делают, что контролируют подростков и после ругают и наказывают их за неверно принятые решения. Но любому подростку в этот период важно, чтобы родители интересовались их психическим самочувствием, их отношениями с друзьями и давали советы. Но родители же зачастую строят своё общение только в формате допросов: «Какие оценки в школе?», «Я тебе разве разрешала дружить с Сашей из соседней квартиры?», «Где так долго гулял и скем? Почему так поздно?» и т.д

Очень часто встречаются ситуации, когда родители хорошо относятся к детям подросткового возраста, они ценят их, но зачастую не уважают их мнение, препятствуют проявлению инициативы, принятию самостоятельных решений и постоянно контролируют подростков и юношей, оправдывая это тем, что их дети ещё недостаточно взрослые, чтобы сами распоряжаться своим временем, пространством и делами. На самом деле главным источником родителей, когда они ограничивают свободу подростков, служит их собственное спокойствие. Ведь, когда ребёнок под пристальным присмотром, то вероятность того, что он попадёт в какую-то опасную или неприятную ситуацию, очень мала. Но таким образом одни подростки просто в будущем будут не в состоянии решать малейшие трудности жизни, а другие обрушат свой гнев на родителей, из-за которых у них могут плохо складываться их жизненные обстоятельства.

Таким образом, отношения между родителем и их детьми подросткового возраста зачастую складываются нелегко. И главным барьером для формирования хороших взаимоотношений становится недопонимание с обеих сторон. Отсутствие доброжелательности и доверия со стороны родителей чаще всего приводит конфликтным ситуациям. Отношения, которые основаны на строгом контроле, лишении подростка любви, отсутствие искреннего интереса о самочувствии подростка и служат источником возникновения конфликтов. Сам кризис подросткового возраста также может способствовать обострению конфликтности. Подростки редко идут навстречу родителям, не прислушиваясь к ним, они стараются показать свою взрослость, тем самым способствуют обострению конфликта между ними и родителями.

Нами были разработаны рекомендации по решению проблем во взаимоотношениях родителей и детей, которые помогут наладить отношения между родителями и их детьми подросткового возраста.

Родителям подростка А. В Кудря предлагает следующие рекомендации для улучшения взаимоотношений с ним:

«1. Родители должны изучать психологию и следить за поведением своего ребёнка. Необходимо узнать его увлечения, интересы и хобби. Родитель должен поддерживать подростка с его увлечениями, если они не вредят здоровью, а не отталкиваться от того, что нравится вам. Вам может не нравится рок-музыка, но если вашему подростку это интересно, то вы должны его поддержать и подарить, например, билет на рок-фестиваль.

2. В основном, все подростки будут отталкивать ваши советы, предупреждения, так как захотят показаться взрослыми и самостоятельными. Родители же должны показать, что ему дают эту свободу, но при этом он должен понимать, что свобода=ответственность. Свобода без ответственности бессмысленна.

3. Каждый день, во время ужина или когда вы смогли побыть со с подростком наедине поинтересуйтесь его самочувствием: физическим и психическим. Спросите, что нового у него произошло за этот день и как он его провел. Начните входить к нему в доверие. Если у подростка какие-то проблемы, то приведите пример из своего подросткового периода, как вы решили или решили бы данную проблему. Такое общение покажет подростку, что родитель ему не навредит и заботится о нём. Это очень важный фактор, так как подростки будут чувствовать себя более комфортно с родителями, которые активно вовлечены в их жизнь. Делайте этот пункт каждый день!

4. В спорных ситуациях с подростком необходимо иногда уступать ему и говорить, что он действительно прав в некоторых моментах, чтобы ему не казалось, что его мнение никому не нужно и его никто не слушает.

5. Для того, чтобы в каких-то моментах воздействовать на подростка и нужно вот это доверие. Способ наказания, чтобы воздействовать на ребёнка, самый худший, так как подросток будет сопротивляться и портить своё психическое здоровье. А когда подросток имеет хорошие и доверительные отношения с родителями, то ему даже и говорить ничего не придётся, он будет перед каждым принятием решения вспоминать родителей и то чему они его учили, и бояться расстроить их или не оправдать их ожидания.

6. Восхищаться подростком и приводить его сильные стороны, при общении с ним. Так подросток будет чувствовать себя стоящим, полезным и будет стараться соответствовать этому статусу дальше.

7. Если уж и возникла конфликтная ситуация между вами и подростком, то постарайтесь через некоторое время извиниться за своё поведение по отношению к нему. Сказать, что вы подумали, и согласны с мнением вашего ребёнка, а вы просто разнервничались, что он может попасть в неприятности.

8. Родители должны активно обсуждать важные дела с ребенком, чтобы он чувствовал, что его мнение уважается в семье.

10. Родители должны быть готовы к тому, что подросток может не следовать их совету и сделать свой выбор, поэтому важно научиться поддерживать его, даже если он ошибается.

11. Родителям важно осознать, что каждый совершает ошибки, и необходимо перестать винить себя за все. Это поможет вам быть увереннее в себе и принимать правильные решения.

12. Общаясь с подростком, родители должны следить за тем, чтобы не навязывать ему свои советы. Важно выстраивать доверительные отношения, чтобы подросток обращался за помощью, когда это необходимо.

Родителям необходимо помнить: самое главное, выстроить доверительные отношения с подростком, чтобы подросток доверял ему свои секреты и не боялся быть наказанным. Родители должны научиться понимать, когда ребенок действительно просит совета, а когда просто пытается выяснить, может ли он еще говорить с родителями на интересующие его темы.

Теперь мы предложим рекомендации подросткам для нормализации отношений с родителями:

1. Общайтесь с родителями открыто и честно, выражайте свои мысли и чувства без страха и сдерживания.

2. Уважайте родителей и их точку зрения, даже если она отличается от вашей. Помните, что они всегда стараются принимать решения в вашем интересе.

3. Постарайтесь найти компромиссные решения при разногласиях, обсуждайте свои потребности и старайтесь договориться общими усилиями.

4. Помогайте родителям в бытовых делах и обязанностях, проявляйте заботу и уважение к их труду.

5. Признавайте свои ошибки и извиняйтесь, если что-то не так. Это поможет укрепить доверие и отношения в семье.

6. Проводите время вместе с семьей, участвуйте в общих мероприятиях и заботьтесь о близких вам людях.

7. Поддерживайте родителей в трудные моменты, будьте рядом, когда им нужна ваша помощь и поддержка.

8. Уважайте их правила и ограничения, следуйте им, чтобы избежать конфликтов и недопониманий.

9. Не забывайте, что вашим родителям тоже нужна ваша любовь и забота, выражайте им свою признательность и уважение.

10. Ведите себя ответственно и взросло, проявляйте заботу о своем будущем и отношениях в семье.

В статье, основной целью которой являлось выявить истинные причины противоречия между родителями и детьми подросткового и юношеского возраста и разработать рекомендации по оптимизации взаимоотношений родителей с детьми, были получены следующие результаты: изучили психологические особенности подростков, а также их родителей ; рассмотрели особенности детско-родительских взаимоотношений; осуществили анализ и интерпретацию полученных результатов; разработать рекомендации по оптимизации взаимоотношений родителей с детьми. Также можно сформулировать следующий вывод о том, что основной проблемой является проблема недопонимания между ними. Подростки, чтобы доказать свою взрослость родителям, демонстрируют свою самостоятельность и независимость, а родители пытаются сблизиться с ними, чтобы быть в курсе дел и событий своего ребёнка, что не очень нравится подростку. что главным источником проблем взаимоотношений родителей и детей подросткового и юношеского возраста является недопонимание между ними. Отсутствие у родителей чувства доброжелательности, доверия и внимательности к их уже взрослым детям приводит к ситуации, когда подросток вопреки родителям старается показать свою взрослость, самостоятельность и независимость, а родители рассматривают эту ситуацию, как повод для конфликта, повод для проведения «жесткой» воспитательной беседы, а иногда и поводом для наказания. Подростки тоже иногда забывают о чувствах своих родителей, о их тревожности и переживаниях за жизнь своего ребёнка, и, учитывая психические особенности подросткового и юношеского возраста, обрушают гнев и агрессию на своих родителей, тем самым способствуют развитию конфликтности.

**Список использованной литературы**

1. Виды неправильного воспитания // С.А. Мухлыхина – 2022. [Электронный ресурс] – URL: <https://vospitatel.online/99869-statya-vidy-nepravilnogo-vospitaniya> (дата обращения 03.03.2024)

2. «Психология подростка»: учеб. / А.Г. Маклаков, В.А. Прокофьева, Е.А. Сергиенко [и др.] / под ред. члена-корреспондента РАО А.А. Реана. – СПб.: «Прайм-Еврознак», 2007. – 226 с.

3. Рекомендации от психолога подросткам. Отношения с родителями // И.В. Скубий. – 2017. – 11 дек. .[Электронный ресурс] – URL: <https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2017/12/10/rekomendatsii-ot-psihologa-podrostkam-otnosheniya-s>(дата обращения 03.03.2024)

4. Рекомендации родителям по нормализации детско-родительских отношений в семье подростка // А.В. Кудря. – 2020. – 11 март.[Электронный ресурс] – URL: <https://gorodec-internat.schools.by/pages/rekomendatsii-roditeljam-po-normalizatsii-detsko-roditelskih-otnoshenij-v-seme-podrostka>(дата обращения 03.03.2024)

5. Стили родительского воспитания // Е. П. Ильин. – 2020. – 5 авг.[Электронный ресурс] – URL: <https://psyera.ru/stili-roditelskogo-vospitaniya_14116.htm> (дата обращения 03.03.2024)