



Мама, папа, я – проблемная семья?

«МОИ РОДИТЕЛИ МЕНЯ НЕ ПОНИМАЮТ. Я ПОЧТИ НЕ РАССКАЗЫВАЮ ИМ О ТОМ, ЧТО ПРОИСХОДИТ В МОЕЙ ЖИЗНИ. ЕСЛИ ЖЕ Я НАЧИНАЮ ДЕЛИТЬСЯ С НИМИ ТЕМ, ЧТО МНЕ ИНТЕРЕСНО, ОНИ ГОВОРЯТ, ЧТО ЭТО ВСЕ ЕРУНДА И ЧТО В ИХ ВРЕМЯ ИХ ИНТЕРЕСОВАЛИ СОВСЕМ ДРУГИЕ ВЕЩИ. НО, НЕСМОТРЯ НА ЭТО, Я ХОЧУ ОБЯЗАТЬСЯ С РОДИТЕЛЯМИ, НО ОБЩЕГО ЯЗЫКА МЫ НЕ НАХОДИМ. ЧТО МНЕ ДЕЛАТЬ? НАТАША, РОСТОВСКАЯ ОБЛАСТЬ».

Иногда общение с родителями действительно представляет проблему. Да что там говорить - сложности в общении со старшими есть почти у каждого человека, причем независимо от пола и возраста. Почему же так происходит? Попробуем разобраться.

Воспитание. Прежде всего, нужно вспомнить расхожее выражение о семье - ячейке общества. Ведь с помощью наших близких формируется почти все в нашей жизни: то мироощущение, которое мы приобретаем в результате воспитания, остается с нами почти без изменений на всю оставшуюся жизнь. Поэтому и большинство психологических проблем мы «получаем» от наших родителей. Но не стоит их обвинять во всех смертных грехах: помни о том, что и им, в свою очередь, с родителями скорее всего тоже пришлось несладко. Это вечная проблема — борьба поколений.

Ну, а если более конкретно, то очень часто проблемы с родителями происходят в тех случаях, когда это самое пресловутое воспитание происходит не совсем правильно. Каким же оно бывает?

Психологи выделяют три типа воспитания: авторитарное либеральное и демократическое.

Когда побеждает **авторитарный тип**, родительские распоряжения не обсуждаются, а выполняются («упал - отжался»). И дистанция между родителями и детьми довольно большая.

Либеральный тип — когда родители предоставляют своему ребенку полную свободу действий: буквально «делай, что хочешь».

При *демократическом типе* воспитания общение между родителями и детьми происходит «естественно», по-товарищески, а «указы» родителей вполне можно с ними обсудить и совместно выбрать наиболее приемлемый для всех вариант. При этом типе воспитания у человека вырабатываются такие важные качества, как инициатива, ответственность, самостоятельность.

Когда ты начинаешь взрослеть, и родители чувствуют, что что-то в ваших отношениях неумолимо меняется, то происходит следующее. Либо родители считают, что имеют полное право управлять тобой так, как они считают нужным (а родители всегда считают, что они делают своему ребенку только благо, хотя порой бывает, что «хотели как лучше, а получилось как всегда»). Тогда воспитание становится авторитарным: родители заставляют тебя поступать в жизни так, как поступили бы они, и никак иначе. Или же, наоборот, родители начинают бояться оказаться несостоятельными в общении с тобой, стараются «не отстать» от тебя. Иными словами, у них опускаются руки, и воспитание становится «либеральным». В этом случае они могут просто потерять свой авторитет

В результате ваши отношения портятся, и хуже от этого не только им, но и тебе... Так что же делать? Как выбраться из этого порочного круга?

На самом деле, все довольно просто. Да, твои родители другие, они не такие, как ты, но налаживать отношения с ними все равно нужно, от этого вы все только выиграете. И лучше переходить на «демократический» уровень общения сейчас, пока не стало слишком поздно, и ты понял, как много времени провел в ссорах вместо того, чтобы жить в мире и согласии.

Вот советы, которые, возможно, помогут тебе наладить взаимоотношения с родителями.

Совет первый: *узнай их получше!*

Понять - значит принять. Почти всегда проблемы с родителями возникают из-за непонимания. А для того, чтобы понять их, родителей нужно лучше узнать, а самый хороший способ для этого - расспросить об их детстве.

Тут есть один важный момент: ты сначала можешь решить, что тебе это неинтересно. Но если тебе удастся перебороть в себе это неприятие, ты не пожалеешь. Узнав, как прошло детство родителей, ты поймешь, что на самом деле разница между тобой и ними не такая уж и большая: наверняка в твоём возрасте они на многое смотрели так же, как ты, но только сейчас они не помнят или не хотят помнить об этом.

Но даже если они тогда не были похожи на тебя, то все равно ты узнаешь много нового и полезного для себя. К тому же, ты сможешь лучше понять и свою собственную жизнь, ведь хочешь ты того или нет, жизнь твоих родителей и их мироощущение накладывают отпечаток и на тебя...

Совет второй: *больше общайся!*

Конечно, довольно тяжело начинать рассказывать им о себе всё, да это и не нужно: главное — это процесс общения, пусть недолгий, за обедом или ужином, но регулярный и по возможности в благожелательной манере. К тому же, с чего ты взял, что тебе нужно только рассказывать? Поинтересуйся делами родителей на работе: вполне может быть, что среди этой пусть непонятной или скучной информации ты все же сможешь найти что-то интересное о папе или маме. В любом случае, хуже тебе от этого точно не будет.

Совет третий: *веди себя достойно!*

Как твои родители могут общаться с тобой на равных, если чуть что, ты постоянно капризничаешь, словно годовалый ребенок? А вот если ты научишься брать свою волю в кулак и достойно отвечать даже на не совсем корректные замечания родителей, то они волей-неволей зауважают тебя. Человек, который общается спокойно, без крика, вызывает уважение.

Совет четвертый: *докажи им, что ты уже взрослый!*

Как ты понимаешь, для этого совсем необязательно носить те же туалеты, что и твоя двадцатитрехлетняя сестра, курить или ругаться матом (так ты не взрослость свою докажешь, а узость мышления). Доказать свою «взрослость» можно, пожалуй, только своей самостоятельностью. Если ты начнешь вставать по утрам сам, по звонку, а не под мамины покрики; если станешь сам готовить

еду в отсутствие родителей, если найдешь возможность сам зарабатывать деньги на карманные расходы - этим ты гораздо вернее докажешь родителям, что уже взрослый, чем бесконечными заявлениями типа «отстаньте от меня, я уже большой и без вас все знаю». Помни: один серьезный (продуманный!) поступок стоит тысячи устных заверений в твоей взрослости. Даже больше.

Совет пятый: *помни, что ты для родителей — всегда ребенок*

Сколько бы ни прошло лет, ты всегда останешься для своих родителей пятилетним несмышленным мальчиком (девочкой). Они ничего не могут с этим поделать, даже если очень захотят: родительская функция закреплялась в человеке генетически в течение миллионов лет, и никакие доводы рассудка тут ничего не изменят. Поэтому постарайся принять это как данность и не обижайся, когда они в очередной раз начнут учить тебя жизни. Они хотят тебе добра, и лучшее, что ты можешь сделать, это своей самостоятельностью доказать, что воспитывать тебя больше не нужно. Но все равно на это не рассчитывай: они будут воспитывать тебя всю жизнь. Такая уж у родителей генетическая миссия!

И запомни: родители любят своего ребенка любым, каким бы он ни был. Постарайся отплатить им тем же. Любовью и заботой.

Педагог-психолог Цибина Ю.В.