

Подростки: проблемы в общении со сверстниками и их решение

Подростковый возраст — арена для тренировки взрослой жизни. Это тот самый период, когда отношения с другими людьми занимают первое место на пьедестале приоритетов. Так какие особенности в общении подростков самые важные?

Особенность № 1: время самоопределения. Одна из главных задач подросткового возраста — самоопределение. Подросток должен ответить на вопросы: «кто я?», «какой я?», «зачем я?», «что дальше?».

Если с родителями складываются хорошие взаимоотношения, то они частично помогают в процессе самоопределения. Но важную роль также играют сверстники. Подростки, общаясь много и поверхностно, решают важные задачи: они наблюдают самые разнообразные типажи, сравнивают их с собой и таким образом «определяют себя». Также на разных аренах общения они могут попробовать разные модели поведения, и этот опыт позволит им выбрать те, которые сработали, и отсеять те, за которые потом было стыдно.



Типичные проблемы: родителям кажется, что общение ребенка слишком уж поверхностное — со всеми и ни с кем. Но все изменится к концу подросткового периода. Ребенок обязательно перейдет от количества общения к его качеству.

Особенность № 2: приоритет общения со сверстниками. Если раньше школьника по-настоящему волновали его успехи и оценки, то теперь родители вынуждены констатировать — в школу он ходит по большей мере для того, чтобы общаться.

Школа становится интересным местом, где кипят страсти — дружба, вражда, первые влюбленности. Дома тоже уроки не в приоритете: все время включен компьютер, где на экране вовсе не доклад, а страничка сайта социальных сетей, то и дело звонит телефон. А если друзья живут рядом, то дома подростка застать теперь не просто! Конечно, родителям такая ситуация не по душе. Но подростковый возраст — не только время самоопределения (а для него необходимо общение с другими подростками).

Еще одна важная задача возраста — отделение от родителей, которому подошел срок. Увеличивается время общения со сверстниками, а с родителями — неуклонно снижается.

Типичные проблемы: родителям хотелось бы, чтобы ребенок поменьше тратил время на всякие «глупости», а побольше учился. Впрочем, многим подросткам их возраст вовсе не мешает помнить еще и об учебе. Ограничивать общение и вводить строгие меры нужно лишь в крайних случаях.

Особенность № 3: он в группе. Подростковые компании везде заметны — разговаривают громко, смеются во все горло, толпятся на улицах. Роль групп была значительна уже в прошлом периоде, но теперь она возрастает во много раз.

Подростки уже гораздо более самостоятельны (по крайней мере, редко кого постоянно сопровождает мамочка). И они объединяются в группы по собственному решению. Кто-то выбирает для себя новые хобби, кто-то объединяется по принципу любимой музыки, стиля в одежде или даже гражданской позиции. Кто-то просто входит в группу «на районе». И, что удивительно, он желает во всем подражать членам своей группы: в одежде, в интонациях и даже в том, как «принято» мыслить и реагировать.

А как же самоопределение, спросит внимательный читатель? Как оказывается, одно другому не мешает. Группы помогают подростку понять, какой он. А следование групповым нормам высвечивает истинную позицию: могу ли я подчиняться именно этим нормам или что-то внутри меня протестует? Побыв членом какой-то группы, подросток может сам выйти из нее.

Типичные проблемы: родителям может не нравиться та группа, которую выбрал ребенок для общения. Но бить тревогу по-настоящему следует только в крайних случаях: наркотики, асоциальная направленность.

Особенность № 4: много проблем в общении. Подростки значительно расширяют свой круг общения и делают это «без спроса». С новыми людьми приходят и новые проблемы: непонимание, что именно происходит, когда ребенка начинают «травить»; ощущение беспомощности или жажды мести. Все это есть и у девочек, и у мальчиков. Именно в этом возрасте они еще раз учатся справляться со своими агрессивными импульсами. Именно сейчас то время, когда они учатся «действовать словами» (а вовсе не в 5—6 лет, как нам хотелось бы).

До начала взрослого периода им нужно многому научиться, потому что успешность всей дальнейшей жизни построена на эффективном взаимодействии с людьми. А вы еще удивляетесь, почему сейчас так важно именно общение! Постичь науки можно и чуть позже, а вот опоздать в познании социальных законов — гораздо хуже.

Типичные проблемы: родителей беспокоит эмоциональное состояние подростка. Он склонен расстраиваться из-за сущих мелочей! Но это лишь на наш взрослый взгляд. Для него все это по-настоящему трудно. Особенно учитывая то, что справиться он должен самостоятельно, без помощи взрослых.

Особенность № 5: интерес к противоположному полу. Вы вдруг замечаете, что ваш сын как-то педантично стал относиться к чистоте носков и степени мягости рубашки. А дочь собирается в школу, как на бал.

Вы, возможно, считаете, что еще не время думать о любви. Но, увы и ах, они вас не спрашивают!

Подростки продолжают открывать самих себя, познавая мир противоположного пола. Открытия их удивляют, пугают и очаровывают одновременно. Они впервые познают, что допустимо, а что нет, если рядом с тобой представитель другого пола.

Сначала подростки объединяют свои компании, создавая одну общую из юношей и девушек. А затем приходит время «парочек»: более тесное общение, тренирующее их для будущей семейной жизни.

Типичные проблемы: родителям кажется, что от такого общения нет ничего, кроме проблем с ранними беременностями (которых одинаково боятся родители и девочек, и мальчиков). Но этот поток не остановить запретами и ограничениями.

Общение с противоположным полом несет огромную пользу: дети получают позитивные эмоции, много веселятся; учатся уместным взаимодействиям; повышают свой статус среди сверстников; могут делиться переживаниями и просить совета. Так что, кроме «вреда», здесь много и пользы!

Мини-тест.

Ответьте на 10 вопросов «да» или «нет». Если бывает по-разному, выберите тот вариант, который проявляется чаще.

1. Ваш подросток проводит много времени в своем круге общения?
2. Верно ли, что дополнительным интересом для посещения школы стало общение с одноклассниками?
3. Считает ли он, что у него есть друзья?
4. Наблюдаете ли вы, что у него проснулся интерес к противоположному полу?
5. Видите ли вы, что в его внешности и поведении есть признаки принадлежности к какой-то группе по интересам?
6. Отмечаете ли вы, что у него существуют вопросы, касающиеся общения, на которые он активно ищет ответы?
7. Бывает ли он расстроен или углублен в свои мысли, если у него возникло непонимание с друзьями?
8. Может ли он хотя бы иногда рассказать вам о ситуации, связанной с общением, и попросить совета?
9. Если его спросить, много ли у него проблем в общении, он скорее всего ответит «нет»?
10. Его общение носит не только личный характер, но также и виртуальный?

Если вы ответили на большинство вопросов утвердительно, то у вашего подростка вряд ли значительные проблемы в общении со сверстниками.

Чем могут помочь родители?

Несмотря на распространенный стереотип, что отношения между подростками и их родителями значительно ухудшаются, это не совсем верно. Напротив, многие подростки остаются со своими родителями в хороших отношениях, особенно если те готовы дать растущему человеку большую самостоятельность (и большую ответственность). Поэтому родители во многом остаются тем якорем равновесия, который помогает подростку выплывать в бурном море отношений.

1. **Помогите в самоопределении.** Как уже говорилось, подростковый период — это время, когда ребенок определяет, кто он как личность.

Он познает свои сильные и слабые стороны с новой глубиной. Конечно, вам хотелось бы, чтобы у него сложилось представление о себе как о человеке успешном, обладающем многими сильными качествами. Ведь это — залог социальной смелости, а значит, и достижений!

Для этого постарайтесь обращать внимание на его успехи. При этом хвалите, называя не только его достижение, но и черту характера. Например: «Для того, чтобы подготовить такой доклад, нужно быть по-настоящему целеустремленным и собранным человеком!». Или: «Такой наряд могла создать только девушка, обладающая тонким вкусом!». Каждый раз, когда подросток слышит такое о себе, его внутренние опоры становятся все крепче.

2. **Оставайтесь рядом.** Подросток должен иметь возможность обратиться к родителям. Постарайтесь, чтобы в этот момент у вас нашлось время для него.

Если ребенок расскажет о проблемной ситуации, виновником которой стал он сам, не концентрируйтесь на том, чтобы еще раз его обвинить. Лучше обсудите, почему так произошло и что теперь можно сделать. Ваш опыт важен для него. Но при поиске вариантов действий пусть он сначала предложит свои!

3. **В пользу «якорей»!** Подростки часто испытывают серьезные эмоциональные «встряски». Неприятные периоды могут длиться достаточно долго, если происходит предательство друга, несчастная любовь или «травля» недругами.

Родителям стоит помнить, что помимо семьи «якорями» для подростков, которые помогают им преодолеть ситуацию, являются как раз друзья и приятели, члены групп по интересам, которые поддержат. А также его чувство ответственности за других людей. Поэтому ограничивайте общение подростка только в самых крайних случаях.

4. **Проявите терпение!** Конечно, неприятно, когда от стоящих на улице подростков слышится мат, «ржание», подколы в отношении друг друга и прохожих. Безусловно, еще неприятнее, если вы в этой компании замечаете своего сына и дочь. И понятно, что вы вряд ли оставите этот факт без внимания.

Подростковый возраст тем и характерен, что в нем «сталкивается» этика родителей и нормы общения в компании. Но эти противоречия не всегда являются почвой для испорченных отношений с родителями. Напротив, если родители терпеливы и дают информацию, а не строго настаивают, подросток имеет возможность для внутреннего роста. Он сам, постепенно отделяет зерна от плевел. Правда, на это ему нужно время.

Итак, подростковый возраст — это расцвет общения. Сейчас дает активные всходы все, что было накоплено ребенком в предыдущем опыте. Конечно, кто-то из подростков более застенчив, кто-то более агрессивен, кто-то любит командовать, а кто-то склонен к подчинению. Но люди не могут быть одинаковыми! Если черты ребенка не мешают общаться и занимать свое место в коллективе сверстников, если ему достаточно комфортно, — значит, все в порядке. Даже если вам хотелось бы видеть его каким-то другим.

Не все подростки стремятся к тому, чтобы быть популярными в среде сверстников. Многим вполне достаточно занимать прочное место в своем кругу общения и иметь несколько хороших друзей. У основной части подростков вполне хватает для этого ресурсов. Остальные он набирает, практикуясь во взаимодействии с другими.

Есть и подростки, которые не принадлежат к каким-либо группам, но не испытывают давления одиночества. Это творческие дети, которым для собственных размышлений, рисования, написания музыки, экспериментов с компьютером необходимо сосредоточение и дистанция с другими. Но есть и те, кто, общаясь в широком кругу, периодически чувствуют себя одинокими и потерянными. Что же, родителям вполне по силам поддержать свое чадо в такие моменты, если отношения с ним сохранены.