

## Трудности общения. Любовь и дружба в подростковом возрасте



Подростковый период – период завершения детства, вырастания из него, переходный от детства к взрослости. Обычно он соотносится с хронологическим возрастом с 10-11 до 14-15 лет. Сформированная в учебной деятельности в средних классах школы способность к рефлексии «направляется» школьником на самого себя. Сравнение себя с взрослыми и с более младшими детьми приводит подростка к заключению, что он уже не ребенок, а скорее взрослый. Подросток начинает чувствовать себя взрослым и хочет, чтобы и окружающие признавали его самостоятельность и значимость.

Основные психологические потребности подростка – стремление к общению со сверстниками («группированию»), стремление к самостоятельности и независимости, «эмансипации» от взрослых, к признанию своих прав со стороны других людей.

Подростковый возраст всегда считался привилегированным "возрастом дружбы". Именно подростковая дружба имеет наибольшую важность для ребенка, потому что именно в этот период он учится понимать самого себя и свои потребности, равно как и потребность в близком человеке. Основными психологическими потребностями ребенка в это время становятся стремление к общению со сверстниками, стремление к самостоятельности и независимости, к признанию своих прав со стороны других людей. Потребность в дружеских отношениях подталкивает подростка к установлению устойчивых связей со сверстниками: выбору лучшего друга или нескольких друзей, на которых они могли бы положиться, и которые смогли бы их понять. В дружбе молодые люди делятся не только своими тайнами и идеями, но также и чувствами, помогая друг другу в решении внутренних проблем и межличностных конфликтов. Напряженный интерес к другу, который они проявляют, стремление понять его и заботиться о нем способствуют осознанию собственной личности и одновременно формированию соответствующих навыков общения. Эти отношения насыщены, эмоциональны, но зачастую приводят к конфликтам, если потребности их участников не получают желанного удовлетворения. Подростки ожидают, что их друзья будут всегда с ними и за них, и реагируют обидой и возмущением, когда их ожидания вдруг не оправдываются. Каждый

раз, когда желания эгоцентричных, незрелых еще в социальном плане подростков не получают своего удовлетворения, они могут бурно вспылить, приведя тем самым свои отношения к временному или окончательному разрыву.

Нужно заметить, что дружба подростков – очень сложное и неоднозначное явление. В одно время могут проявляться взаимная поддержка, совместное времяпрепровождение и обоюдное доверие, а в другое – независимость, соперничество и даже конфликт. Связано это во многом с тем, что подросток ищет свою индивидуальность, стремится удовлетворить свои эмоциональные и психологические потребности. В связи с этим подросток может устанавливать дружеские отношения сразу с несколькими детьми, что делает участников дружеского союза одновременно и зависимыми, и суверенными.

Также для этого возрастного периода характерна идеализация друзей и самой дружбы. По мнению подростка, друг – это идеальный человек, олицетворяющий собой все самое лучшее и ради которого можно даже пойти на жертву. Понимание, умение хранить тайну и верность, уверенное знание, что друг не предаст и не обманет, всегда поддержит и будет абсолютно искренним – вот важнейшие критерии оценки друга в этом возрасте. По данным экспериментальных исследований представление о друге в этом возрасте стоит значительно ближе к идеальному Я подростка, нежели к его представлению о своем реальном Я.

Для подростков характерен феномен, получивший в психологии название «ожидание общения». Суть его состоит в самом поиске общения, в постоянной готовности к контактам. И если вдруг по каким-то причинам не получается дружить с тем, с кем хочется, или в результате какого-то конфликта взаимоотношения обостряются или вовсе прекращаются, ребенок может пойти на случайные связи, только бы не остаться в одиночестве. Нуждаясь в сильных эмоциональных привязанностях и устанавливая их, подростки часто не замечают реальных свойств своих «объектов». «Людей выбирают в качестве объектов, а затем бросают, нисколько не заботясь об их чувствах, заменяя другими лицами. Оставленные объекты быстро и полностью забываются, но форма отношения к ним обычно воспроизводится в отношении к новому объекту вплоть до мельчайших деталей, с точностью, похожей на одержимость». Для подростка объект увлечения представляет собой не конкретное лицо, личность, а лишь средство избавления от своей внутренней напряженности, способ самоуспокоения или доказательства собственных способностей.

В этом возрасте успех поддержания отношений со сверстниками положительно отражается на психологической и социальной адаптации подростка и его достижениях и наоборот. Поэтому дружба в данный период для ребенка – очень важное и значимое явление. Оно оставляет глубокий след на всей последующей его жизни. С помощью друзей молодые люди

приобретают необходимые личностные и социальные навыки, что помогает им впоследствии стать частью мира взрослых.

Очень часто родители начинают вмешиваться в не совсем, на их взгляд, удачные отношения своего ребенка с другими детьми, пытаются уберечь его от плохого влияния. Безусловно, родители имеют богатый жизненный опыт, поэтому они гораздо лучше подростка разбираются в людях и могут быстрее понять, стоит ли ребенку общаться с тем или иным человеком или нет. Но все мы можем ошибаться, и потом - мы не можем и не должны навязывать ребенку свое мнение, он должен понять все сам. Есть очень тонкая грань между влиянием и вмешательством. Не стоит забывать, что установление дружеских отношений – это проблема никак не наша, а именно ребёнка. Также не стоит слишком усердствовать и ограждать ребенка от дружбы с недостойными, по вашему мнению, сверстниками. Опыт показывает, что в жизни ему придется общаться с разными людьми, и, не зная, как построить отношения, ему, может быть, тяжело это будет делать в дальнейшем. Ведь дружба между детьми – это репетиция взрослых отношений. Именно в детстве он учится доверию, близости и верности. И если мы будем слишком настойчиво вмешиваться в отношения ребёнка с его друзьями, то тем самым мы не позволим ему приобрести свой личный бесценный опыт. С другой стороны, это совсем не означает, что родители должны полностью оставаться в стороне. Нет. Нужно лишь найти золотую середину, которая позволит нам подстраховывать ребенка, не мешая ему набираться своего жизненного опыта.

**Как помочь подростку самостоятельно справляться с разногласиями и конфликтами в отношениях со сверстниками, если таковые возникли?**

1 Научиться расставлять приоритеты и находить время на общение со своим ребенком. Воспитывать в нем позитивные установки, уверенность в себе, повышать его самооценку, учить его иметь и отстаивать свое мнение, тогда ему, вероятнее всего, не грозит плохая компания и влияние неблагополучных друзей, от всего этого он избавит себя сам. Научиться доверять ему. Очень важно делиться своими переживаниями в этом же возрасте. Вы будете удивлены, насколько более разумно ваш ребенок станет подходить к выбору друзей и к отношениям с ними, если вы расскажите ему о своих промахах, которые вы совершили в вашем прошлом, или наоборот, расскажете счастливую историю своей юношеской дружбы. Ребёнку важно знать, что его проблема не единична, а встречается довольно часто, и что вы всегда готовы его поддержать, понимая, как ему порой бывает нелегко.

2 Донести до ребенка мысль о том, что же такое настоящая дружба. Что значит уметь дружить, дорожить другом. К сожалению, не всем детям родители объясняют всю важность того, как нужно относиться к друзьям. Порой ребенок относится к сверстникам неуважительно, осознанно обижает и оскорбляет их. Для того чтобы ребенок научился дружить, нужно обязательно говорить с ним об этом как можно подробнее и чаще, подкрепляя свои

рассказы примерами из жизни, из книг, из фильмов... вместе читать, смотреть, обсуждать. Если ребенок осознает всю важность такого уникального явления как дружба, то это значит, что он вполне готов стать настоящим другом.

Не стоит прямо говорить ребенку о том, что вам не нравится его друг, потому что для подростка оскорбление друга – это практически личное оскорбление. Нужно постараться очень спокойно и тактично высказать свое мнение об этом человеке, попытаться объяснить ребенку, что на некоторые поступки и увлечения этого друга можно посмотреть с другой стороны. Полагаясь на ваше мнение, ребенок сможет сам сделать вывод в отношении этого человека и принять своё собственное решение по отношению к нему.

3 Не надо стараться полностью оградить ребенка от отрицательных переживаний. В повседневной жизни избежать гнева, обид или столкновения с жестокостью и несправедливостью просто невозможно. Но возможно научиться реагировать на это должным образом. Задача взрослых (родителей, воспитателей, педагогов) – научить ребенка хладнокровно противостоять несправедливым негативным отзывам или поступкам в свой адрес, не уподобляться своим обидчикам, отвечая обидой на обиду, не позволять негативным чувствам завладеть своим сердцем и ожесточить его. Для нормального развития ребёнку совершенно необходимо верить, что в мире намного больше именно добра. Да, в нём могут встречаться редкие элементы зла и жестокости, но именно редкие и непременно побеждаемые добром. Иначе страх парализует сознание ребенка, затормозит его интеллектуальное и эмоциональное развитие.

4 Помните, что чрезмерная опека родителей может стать причиной неприятия ребенка в среде сверстников. Также не стоит заставлять ребенка общаться с теми, кто ему не по душе. Каждый человек, независимо от своего возраста, вправе сам выбирать себе друзей.

5 Не стоит часто пользоваться словосочетанием «лучший друг». Оно создаёт идеальный образ человека, которого на самом деле не существует, а соответственно, и завышенные требования к нему. Подобные ожидания оправдываются крайне редко – и тогда наступает неминуемое разочарование... Важно научить ребенка перестать ожидать от других людей желаемого им поведения и поступков, вычитанных из книг и высмотренных из фильмов. Мысли, чувства, поступки друзей, описанные в книгах и показанные в фильмах, могут послужить лишь примером, личным руководством к его собственным действиям.

Несмотря на то, что особенности дружбы изучены достаточно глубоко, родителям всегда надо учитывать, что каждый ребенок развивается по-своему. Однако в любом возрасте, начиная с самого раннего детства, для ребенка важность контактов с друзьями неопределима.

