

«Мне бы твои проблемы»

Знакомая фраза? Очень часто именно с этим внутренним ощущением вымотанный жизненными проблемами взрослый слушает взрослеющего ребёнка, когда тот хочет поделиться чем-то важным.

Ребёнок заводит разговоры, чтобы решить свою проблему, а не послушать нотации и нравоучения взрослых.

Например, переживающая о своей популярности девочка не столько жаждет услышать от мамы, что она красивая, сколько хочет, чтобы мама дала ей крутой совет, который поможет ей стать красивой в глазах значимых ей ребят.

Мамины слова в адрес дочери, что она красивая, не решат проблему с другими ребятами, для которых ей хочется быть красивой. Даже если мама целый час будет говорить о её красоте, приводить примеры из своей собственной жизни, говорить, что другие девочки «так себе» - это не тот лайфхак, за которым обратился ребёнок.

Скорее всего, дочь ещё сделает несколько попыток, но итоги будут такими же. Потом этот разговор не будет подниматься в связи с отсутствием эффекта. А потом родителям становится непонятно, почему их ребёнок становится скрытным и не доверяет им.

Основная причина доверительных разговоров – это рассказать, чтобы получить помощь. А где она, эта помощь, если разговор идёт не так? Родительский эгоцентризм* игнорирует эту реальность.

Так как же сохранить доверие и помочь подростку пережить период взросления?

На этот счёт не существует простых лайфхаков. Потому что
**не всё можно разрешить,
не всё нужно запрещать,
не везде получится договориться!**

Такие желанные здоровые отношения всегда начинаются с границ. Взаимное уважение возможно только в случае признания автономии друг друга обеими сторонами, не важно кто это: мать и дочь, мужчина и женщина, друзья, партнёры.

Поэтому, прежде чем что-то разрешать/запрещать:

1. Разделяем, разграничиваем потребности родителей и взрослеющих детей.

Это важно проговаривать, т.к. чаще всего обе стороны склонны считать, что их потребность – главная. Каждая сторона ожидает, что все должны хотеть того, что ей важно. С этого инфантильного эгоцентризма начинаются все конфликты в семье и в социуме.

2. Ради чего в итоге мы общаемся?

Взрослый: нужно не только не потерять, но и укрепить свой авторитет, в том числе, и в этой ситуации.

Ребёнку: нужно получить правильное направление, которое поможет ему действовать правильно не только в этой ситуации, но и в других.

ВАЖНО! Каждое взаимодействие двух людей либо усиливает желание каждого из них к дальнейшему общению, либо снижает его.

**Эгоцентризм* - это жизненная философия человека, сосредоточенного на своих чувствах, желаниях, интересах, целях при полном неуважении к чужим границам и неспособности поставить себя на место другого.