

## 4 убийцы отношений с подростком

Автор Полина Раскатова руководитель Школы «МонтессориКа», президент БФ «У меня есть мечта»

Материал записан со слов и разрешения подростка, с которым я знакома. Несмотря на все то, что он проживал внутри и делился этим, я услышала в его словах, что делать нам, взрослым, чтобы отношения стали лучше. Я была настолько под впечатлением от его осознанности, что попросила разрешения когда-нибудь опубликовать его размышления. Не называя имен, публикую. От себя добавила лишь определения из интернета и напечатала текст разговора.

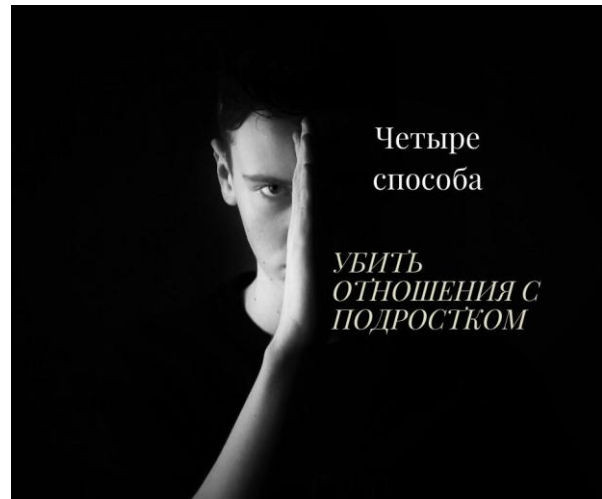
Есть всего 4 вещи, которых достаточно, чтобы убить наши отношения.

### 1. Ожидания.

«Ожидания – это пассивная форма контроля будущего, контроля поведения других людей. Ожидания, пожалуй, это одно из самых вредных для успеха состояний»

Я понимаю, что у вас есть «мечты на меня». Как будто у вас уже есть план, по которому я должен идти. Как будто меня нет. Как будто я не важен. И я очень рад, что у нас хотя бы не династия врачей, иначе у меня бы даже не было шансов... Вы не устаете контролировать мою еще даже не случившуюся жизнь? Контролировать мое будущее?

И я должен в эти планы/мечты вписаться... В рваных джинсах к родственникам нельзя, такое впечатление, что мы не к тете, а к английской королеве на прием отправляемся... Почему у меня нет права даже на то, чтобы самому решить во что одеться. В такие моменты я чувствую, как на меня смотрите не только вы, но еще и тетя и неодобрительно качает головой. Если мы наладим отношения, и вы найдете минутку-другую, чтобы на самом деле поинтересоваться о моих, пусть и каждый день меняющихся интересах, я расскажу вам о своих мечтах и планах на жизнь. Я расскажу о том, что меня волнует, и чем интересуюсь сейчас.



### 2. Упреки.

Упрек - выражение недовольства, неодобрения, обвинение, высказанное кому-либо или по отношению к кому-либо.

Почему обязательно нужно начинать с недовольства, обвинения? Я и так 24 на 7 сам о себе думаю, что со мной что-то не так. Мне бывает стыдно даже за прыщ. Гормоны скачут, как бабушкино давление, иногда я «завожусь» на ровном месте. Когда я слышу вечные недовольства, мне хочется сбежать. Когда меня упрекают, я ощущаю себя под бетонной плитой. Если что-то нужно, просто попросите. Я тоже человек. И да, я тоже ошибаюсь. Не думаю, что вы хотели бы выслушивать тонну критики по несколько раз в день в свой адрес от самых близких людей.

### 3. Предположения.

Предположение - предварительная догадка о чём-нибудь, не подтвержденная прочными доказательствами, мысль о чём-нибудь.

Просто спросите. Не надо своих домыслов обо мне. Такое ощущение, что вы все про меня всегда знаете, когда я сам от себя бываю в шоке. Эти бесконечные выводы: «Это потому что ты...» Перестаньте мне на голову одевать образ со своими концепциями обо мне. Просто так обидно бывает, когда вы обо мне думаете заведомо плохо. Просто так бесит эта ваша правота. Ведь вы даже не в курсе, чем дышу, живу. Просто спросите, как это было для меня. И мне не нужно будет защищаться и оправдываться. Просто спросите.

### 4. Претензии.

Претензия с юридической точки зрения — письменное требование, адресованное должнику, об устранении нарушений исполнения обязательства.

Претензии в психологии — это скрытая просьба о поддержке, обличённая в нежелание просить. И тогда невысказанная просьба становится требованием погасить долг и восстановить попорченную справедливость обмена. Иногда мне кажется, что я - ваша вещь. Что я должен потому, что я ваш сын. И у вас есть законное право мной обладать. Иногда ваша «забота» превращается в бесконечное чтение нотаций, ваша власть - диктат. Или вот, ваше любимое: «вот вырастешь... вот появятся свои дети... вот закончишь институт...»

Иногда вы разговариваете со мной требованиями и условиями. Я должен только потому, что родился. Знаете, у меня есть достоинство. Нормальное человеческое достоинство. И я сейчас, как никогда, нуждаюсь в уважении. Можно ведь просто договориться, без условий и ультиматумов, по-человечески?