**ЭТАПЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ОТДЕЛЕНИЯ ПОДРОСТКА ОТ РОДИТЕЛЬСКОЙ СЕМЬИ**

***(По книге: Малкина-Пых Возрастные кризисы. М.: Эксмо, 2004. ).***

**1 -й этап**. **У подростка возникает конфликт между существующей зависимостью от семьи и стремлением к автономии**. Его ожидания в отношении родителей противоречивы. С одной стороны, он сопротивляется прежним проявлениям заботы и ласки, а с другой — хочет, чтобы его баловали. Поведение его тоже противоречиво. То он груб, упрям и непослушен, то требует внимания, ластится к маме, по-детски капризничает, плачет; то смотрит детские «мультики», то высказывает глубокие, серьезные суждения по различным вопросам. Любое ужесточение требований и запреты вызывают эмоциональные взрывы. Попытки «отпустить вожжи» вызывают упреки в равнодушии.

**2- й этап.** **Подросток все больше старается доказать родителям и самому себе собственную независимость.** Он критикует все, что делается и говорится родителями и другими авторитетными взрослыми. Чем больше родители стараются влиять на своего ребенка, тем больше он сопротивляется этому. Этот период будет длиться до тех пор, пока родители не признают факт взросления подростка.

**3- й этап**. Когда подросток почувствует, что родители признали его право на независимые суждения, решения и поступки, и начнет ощущать вокруг себя свободное пространство, он ***может переживать вместо радости свободы одиночество, страх потери любви родителей, может возникать чувство вины перед ними, сменяющееся раздражением и даже гневом, после проявления которого наступает угнетение, депрессия.*** Этот этап переживается легче, если родители гордятся взрослеющим ребенком и радуются его достижениям, поддерживают его в трудные периоды.

**4- й этап**. ***Постепенно бурные эмоциональные проявления отступают, и подросток меняет отношение к своим родителям*** (разумеется, если родители своим поведением не затормаживают процесс взросления подростка). Он уже чувствует достаточное внутреннее обособление и теперь рассматривает родительскую семью немного со стороны. Если родители помогают ему в этом, он устанавливает близкие отношения с семьей уже на новом, партнерском уровне. В тоже время он по-новому переосмысливает жизнь своих родителей, их ошибки и достижения. Иногда он старается помочь им, делясь своим новоприобретенным опытом и пониманием жизни, играя роль семейного терапевта, часто «съезжая» на тон «учителя жизни». Дальнейшее взросление приводит к отказу от этой роли и заменяется уважением и благодарностью к родителям с одновременным ощущением себя более взрослым, более сильным и более адаптированным к современной жизни, чем они.

**Конструктивному процессу психологического отделения подростка от родительской семьи могут мешать две причины:**

1. ***Неготовность подростка к самостоятельной жизни*** (неуспешное решение основных возрастных задач по самоопределению и социальная незрелость);
2. ***Неготовность родителей отпустить детей в самостоятельную взрослую жизнь.*** Чаще всего это происходит, если ребенок единственный и если семья не может сохранить свою целостность, отпустив молодого человека, то есть если тинейджер и его проблемы были единственным, что удерживало членов семьи вместе и придавало смысл ее существованию. Иногда процессу взросления препятствуют родители, которые единственным смыслом своего существования считали воспитание детей и заранее предвосхищают переживание «синдрома опустевшего гнезда».

**Источники**

1. <https://gym1563v.mskobr.ru/info_add/stranica_psihologa/stranica_shkol_nogo_psihologa/krizis_podrostkovogo_vozrasta_rekomendacii_psihologa_roditelyam/>
2. <http://school2em.ucoz.ru/Psycholog/Sovety/potrebnosti_podrostka.pdf>
3. Емельянова Е. В. Психологические проблемы современного подростка и их решение в тренинге. - СПб.: Речь, 2008. - 336 с.
4. Малкина-Пых Возрастные кризисы. М.: Эксмо, 2004