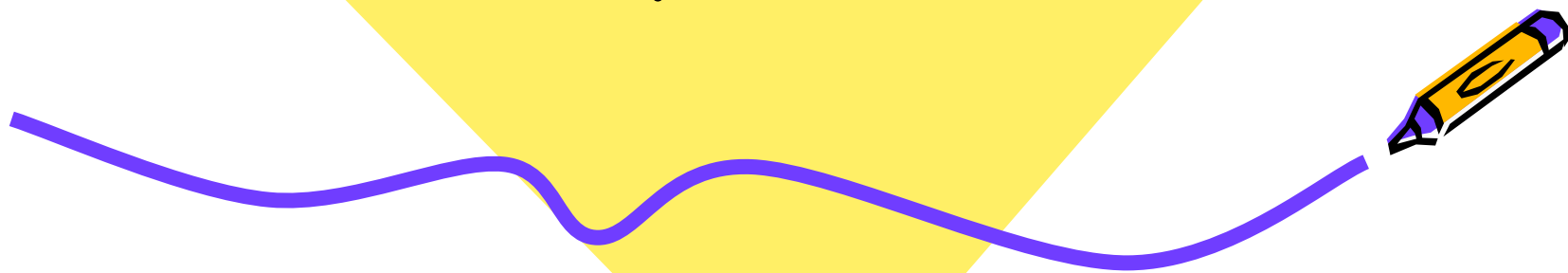
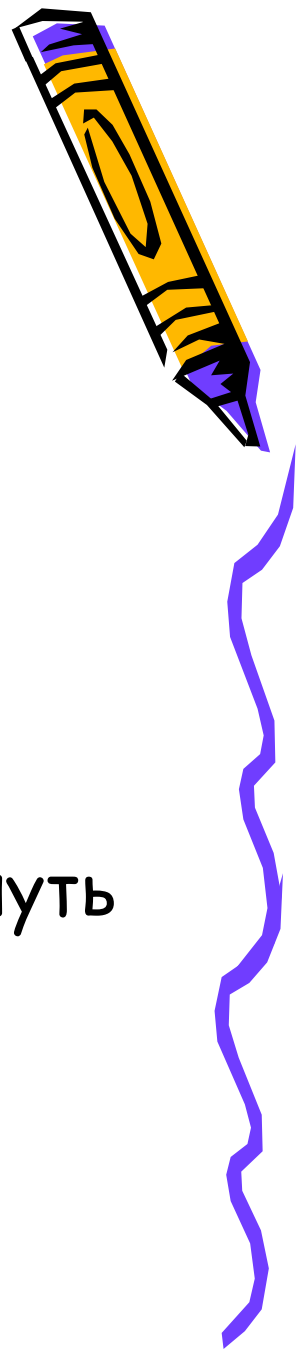




**Как и о чем сегодня  
общаться с  
подростком?**



# ВАШ ПОДРОСТОК. МИФЫ И ИСТИНЫ В ВОСПИТАНИИ ПОДРОСТКА. —



- Вы наверняка задумывались о том, какими же в идеале должны быть родители. И наверняка у вас есть определенные стереотипы по этому поводу. Или так называемые мифы, которые не дают нам свободно взглянуть на многие проблемы с подростками.



# Мифы воспитания



- **Миф 1.**

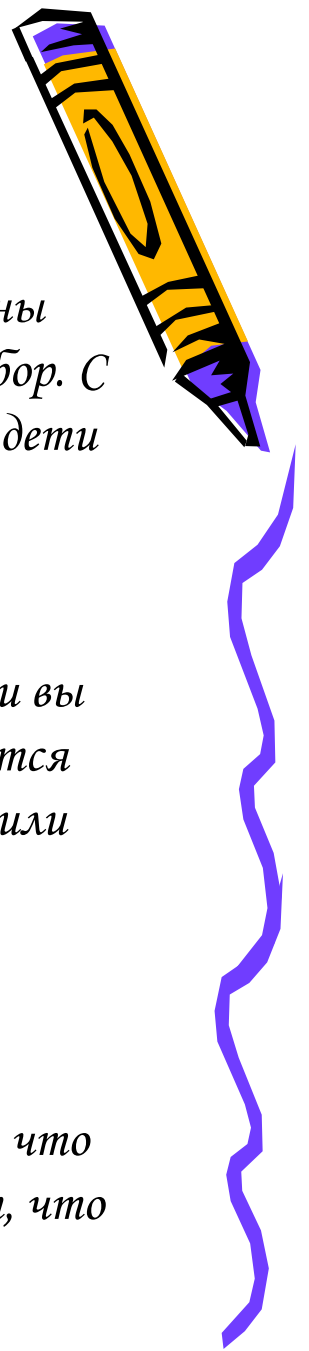
Родители ответственны за то, чтобы их дети стали счастливыми, деятельными и полноценными взрослыми людьми

Нет, далеко нет, это не дело родителей. Вы не можете сделать из своих детей образцовых взрослых людей. Ваше дело — создать обстановку, в которой они смогут развивать свою личность и свой творческий потенциал. Конечно, чисто практически нужно оберегать их и заботиться о их здоровье; вам в самом деле нужно предоставить им возможность учиться и развивать свое мышление; вашим детям действительно нужны надежные «границы», в пределах которых они могли бы развиваться. Но вы не обязаны следить за тем, чтобы они имели «правильные» (а в чем «правильность»?) понятия или учились «правильным» вещам. У них есть своя голова на плечах, они сами сделают выбор. В самом широком смысле ваша задача как родителей заключается в том, чтобы помочь детям выжить, пока они не приобретут способности жить самостоятельно. Когда они достигают подросткового возраста, ваша задача меняется. Много конфликтов между родителями и подростками возникает во-круг вопроса о руководящей роли: родителям очень тяжело «отпустить поводья», особенно когда они видят, что дети совершают ошибки. С другой стороны, детям тяжело учиться, если у них нет возможности совершать ошибки.

Упражнение

Один из способов подхода к этой задаче — окинуть взглядом собственную жизнь. Подумайте о тех случаях, когда вы совершали ошибки, и о том, чему вы научились в результате. На-шлись бы люди, давшие вам своевременный совет? Стали бы вы их слушать, а если нет, то почему? Можете ли вы вспомнить случаи, когда вы следовали советам родителей и впоследствии сожалели об этом?





- *Миф 2.*

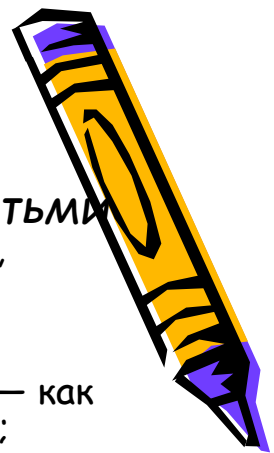
*Родители должны любить своих детей*

*Проблема заключается в представлении о том, что родители должны любить своих детей; при этом подразумевается, что у них есть выбор. С моей точки зрения, все родители любят своих детей, также как все дети любят своих родителей. Под любовью я понимаю ощущение некой глубокой связи и близости*

*с другим человеком, что он становится частью нашего мира. Для родителей или детей это не вопрос выбора, а сама ситуация. Но если вы любите человека, это не обязательно означает, что он всегда нравится вам. В жизни бывают моменты, когда вам не нравится внешность или поведение детей. Ну и что из этого? Ваши родительские чувства не требуют того, чтобы дети всегда вызывали у вас восхищение.*

*Дети — это люди, и, как у всех людей, у них есть приятные и неприятные черты. Не думайте, что если ребенок перестал вам нравиться, то вы перестали любить его. Полезно также понимать, что если он относится к вам с видимой неприязнью, то это не означает, что он перестал любить вас*





- **Миф 3.**

**Родители всегда должны обладать властью над своими детьми**

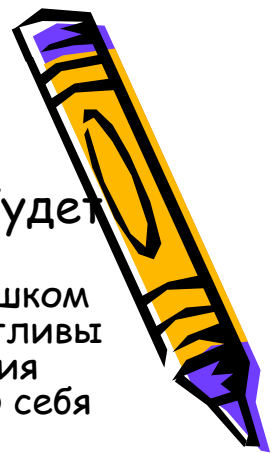
Нужно провести четкое различие между значением слов "власть" и "сила", поскольку они часто используются в одном контексте. Как в словаре определяется слово "сила": "способность поступать или действовать с определенным результатом; духовное или физическое дарование либо потенциальная способность; крепость; мощь; энергия...", а слово "власть" — как "ограничивающая, направляющая, контролирующая и регулирующая сила; авторитет; способность распоряжаться и командовать..."

Сила является способностью совершать изменения.

Конечно, способность контролировать является частью могущества: трудно что-либо изменить, если мы чувствуем, что не обладаем властью над своим миром. Но миф о родительской власти подразумевает вашу способность заставить своего ребенка стать личностью. Вы уже заметили, что дети очень любят манипулировать чувствами взрослых людей: им нравится обладать властью над своим миром — точно так же, как и вам. Ощущение своей власти даёт им чувство безопасности. Но дети находятся в затруднительном положении, поскольку они слабы физически, имеют мало денег, не обладают многими знаниями и умениями, менее влиятельны и имеют меньше связей, чем их родители. Поэтому для обретения власти они пользуются теми ресурсами, которые у них имеются, например своим знанием ваших слабостей. Вам может не нравиться то, как они это делают, но они просто пытаются выжить, как и все остальные. На самом деле вам нужно обладать властью не над ними, но над самим собой.

Убедившись в том, что вы властны над собственным миром, ваши дети будут учиться властвовать над своим миром. Именно этому





- **Миф 4.**

Воспитывая детей, следует убедиться в том, что у них не будут дурных привычек

Мнения о том, чего большинство родителей хочет для своих детей, не слишком различны. Большинство хочет, чтобы их дети, став взрослыми, были счастливы и удачливы в жизни. Споры ведутся вокруг наилучших способов достижения этой цели. Бытует убеждение, что лучший способ научить детей правильно себя вести — наказывать их, когда они делают что-то неправильно.

Существует много методов наказания: укоризненное покачивание головой, лишение сладостей, крики, отказ разговаривать с ребенком, побои и так далее. У вас, вероятно, имеется собственный "арсенал". Скорее всего, вы уже заметили, что подобные методы не приносят больших успехов. Они могут работать лишь непродолжительное время, и вам придется постоянно повторять их.

Предлагаю практическое упражнение. Вспомните прошедший месяц: какими методами вы руководствовались, чтобы добиться лучшего поведения от вашего подростка? Какие из них оказались действенными? Продолжаете ли вы пользоваться ими?

Люди испытывают побуждение к позитивным действиям, когда чувствуют, что их понимают, принимают и ценят. Использование "родительской силы" для того, чтобы понимать, принимать и ценить своих детей, будет гораздо более эффективным, чем ее применение с целью доминирования над детьми и превращения их в некие идеальные модели.



- **Миф 5.**

**Знание о том, как быть хорошими родителями, приходит естественным образом**

**Ничего подобного!** Возможно, так было в давние времена, когда общественное устройство было более простым и дети почти всегда следовали по стопам своих родителей, принимая их ценности и образ жизни. Тогда родителям было проще учить детей всему, что им следовало знать, так как можно было с определенной уверенностью предсказать, как сложится их жизнь. Теперь все изменилось.

Упражнение

Сравните ценности и образ жизни своих родителей с ценностями и образом жизни их родителей. Вы увидите, как сильно изменились обстоятельства. Будьте уверены в том, что они по-прежнему меняются. Каждому из нас достаточно трудно предсказать, какие знания могут понадобиться нашим детям в будущем, но творя уже о самом процессе обучения. Стыдно также, что в наше время, когда мы гораздо больше знаем о том, что заставляет "функционировать" человеческие существа, мы, однако, не используем эти знания в процессе обучения своих детей. Нет систематической обучающей программы методов хорошего родительского воспитания.

Представьте себе, что кто-то приходит к вам и говорит: "Я очень расстроен и чувствую себя виноватым. Я хочу быть пианистом, и у меня есть инструмент, но я не знаю, как на нем играть". Что вы ответите? Вероятно, вы скажете что-нибудь вроде: "Зачем же так расстраиваться? Вы не можете стать пианистом, пока не научитесь играть. Если вы овладеете нотной грамотой и будете регулярно заниматься, то сможете играть". Не нужно расстраиваться или чувствовать себя виноватым из-за того, что вы не можете автоматически справляться с трудными ситуациями, возникающими в отношениях между вами и детьми. Возможно, вы находитесь в том же положении, что и незадачливый музыкант. У вас есть дети, и вы надеетесь быть им хорошими родителями (или от вас ждут этого). Наш будущий практикум поможет вам усвоить некоторые навыки, с помощью которых вы сможете играть собственные мелодии.







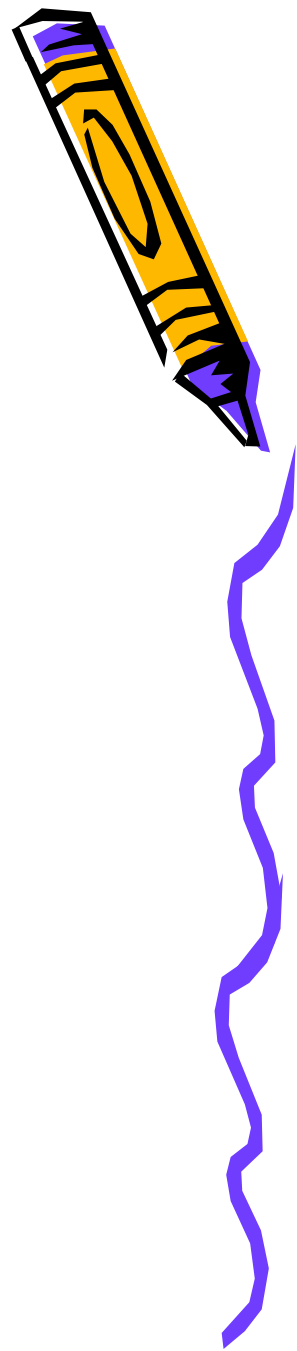
- Предлагаю родителям усвоить вместо мифов некоторые вещи, которые можно назвать истиной.
  1. Со всеми детьми происходит это - они все проходят через период подростничества, учатся общаться, ищут свое место в жизни, заводят друзей. Сядьте и подумайте обо всех своих взрослых знакомых и родственниках - они все когда-то были подростками!
  2. Не только вы испытываете проблемы со своим подростком - огромное количество родителей испытывают тоже самое!
  3. У вас может появиться ощущение, что вы бессильны изменить своего ребенка. Но подумайте, что вы хотите изменить? Вы хотите изменить личность другого человека! Направьте свои силы на изменение прежде всего того, кто может измениться благодаря вашим силам - себя самого!
  4. Не только у ребенка, но и у вас есть права. На внимание, свободу, уединение, уважение и понимание.
  5. Вы не обязаны делать все строго по пунктам. Не бойтесь резко изменить то, что делали до сих пор и попробовать другие методы, тем более если старые не приносят результата.
  6. Вы человек и вы имеете право совершать ошибки, вспомните хоть одного человека из своих знакомых, кто ни разу не совершал

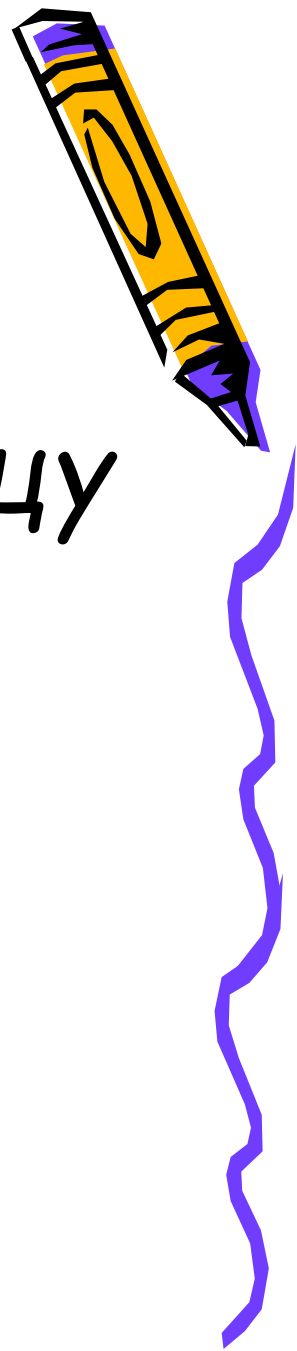




этот сложный период. Общение родителей с подростком зачастую основывается на нравоучениях, наставлениях и «поучительстве». Это в корне неправильно. Вот десять способов мирного общения с ребёнком подросткового возраста. Они станут для вас настоящим спасением. Вы

удивитесь результату •





Проведите четкую границу  
между понятиями  
родитель и друг.

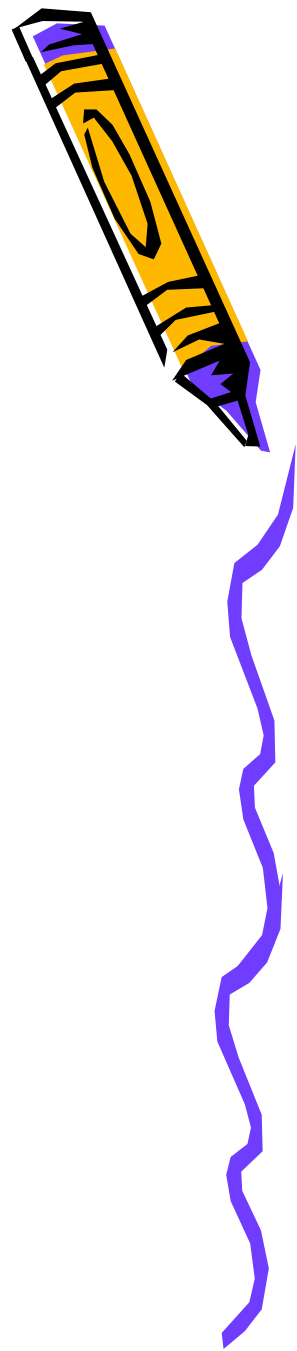




- Вы можете стать другом своему ребенку. Но если вы при этом станете с ним «на одну планку», отбросите своё родительское превосходство - это рано или поздно приведёт к проблеме. Это кажется грубым, но ребёнок должен знать своё место в семье. Он - младший. Он только учится жить в мире проблем и противоречий. Вы же в первую очередь - поддержка, опора в трудную минуту. Подросток должен чувствовать в вас защиту, уважать ваш ум и умение выходить из сложных ситуаций. Поймите: дети могут найти друзей в любом месте. Тогда как хорошие родители встречаются крайне редко.



Будьте счастливы

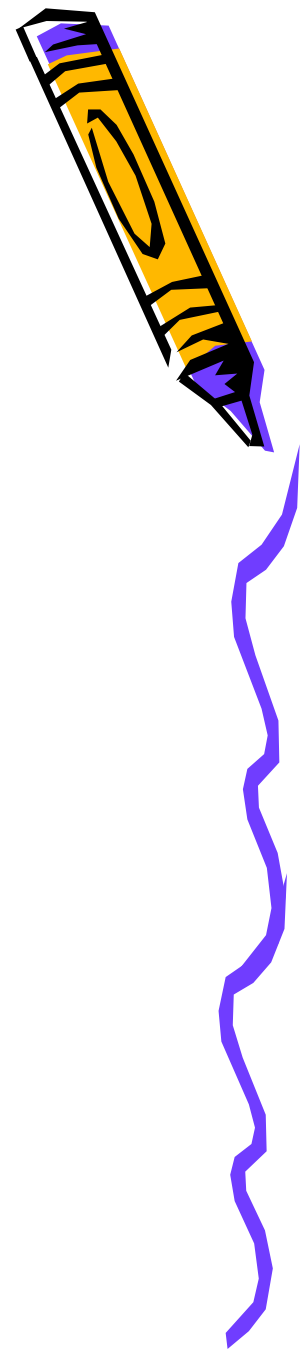




- Это значит быть рядом, даже когда это нелегко и неудобно, когда вы загружены работой, когда усталость одолевает вас. Вы нужны своему ребёнку. Особенно в подростковый период, когда проблемы кажутся неразрешимыми, мир несправедливым, а будущее весьма туманным. Вы всегда должны знать, что происходит в жизни вашего ребенка. Вы должны заслужить его доверие, пожертвовав своим свободным временем. Если ребёнок будет уверен в вашей поддержке, вашем понимании - ему будет легче преодолеть этот тяжкий возраст.



Воспитывайте в подростке  
ОТВЕТСТВЕННОСТЬ



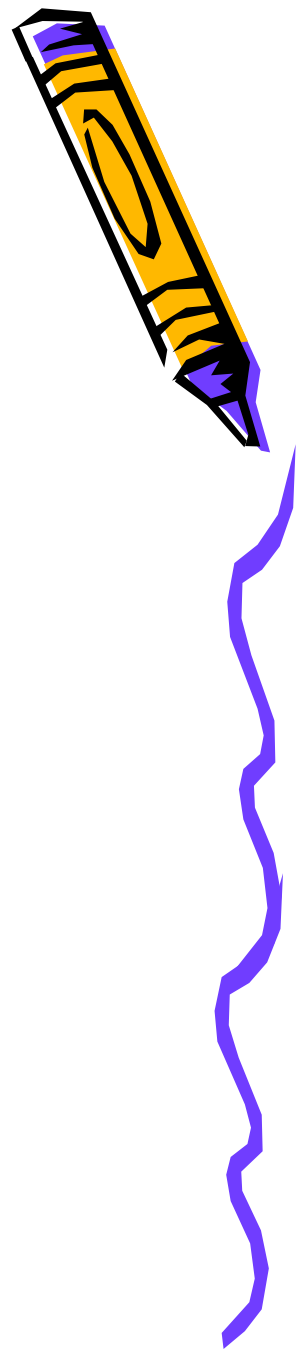


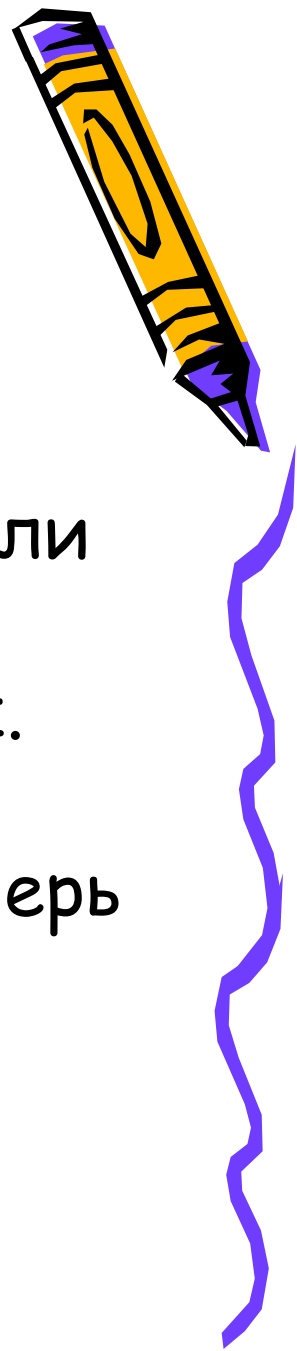
- Это ваша великая задача, как подготовить подростка к жизни. Объясните, что если он хочет определенного образа жизни - нужно приложить определенные усилия для его достижения. Дело не только в деньгах, а в его ответственности, независимости и возможности «стоять на собственных ногах». У ребёнка должны быть свои обязанности по дому. Ставьте перед ним задачи, но не «спускайте с рук», если они не делают то, что полагается. Это учит подростка, как устроен мир. В конечном итоге он будет благодарен вам за науку.





Умейте слушать

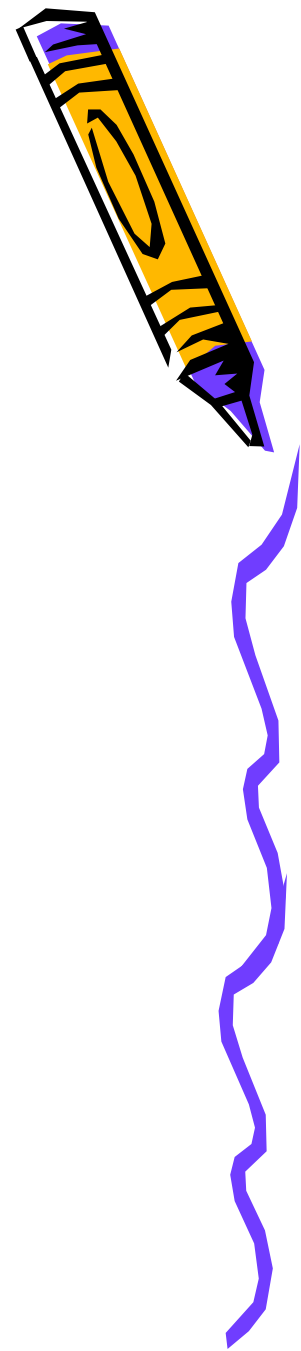


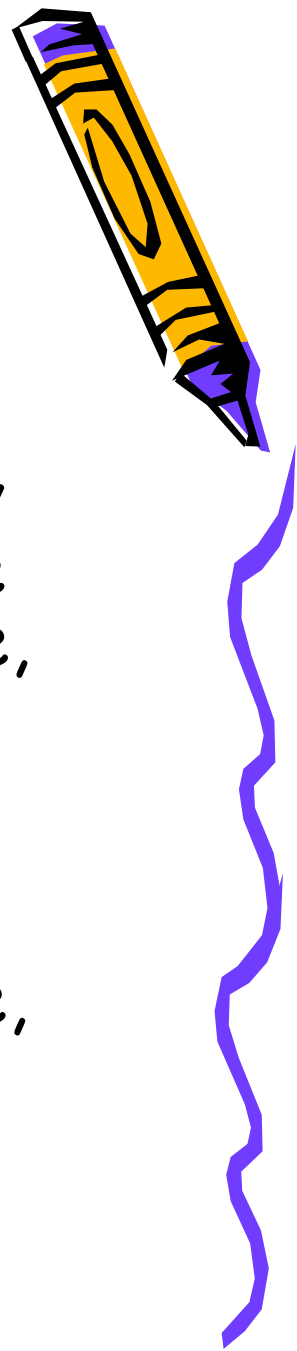


- Это означает, слушать и понимать, не осуждая. Даже если ребёнок спорит или даже грубит - не перебивайте. Постарайтесь уловить суть проблемы. Очень часто это крик о помощи. Помните, что ваш ребёнок вырос. Теперь его проблемы задевают его «по-взрослому».



Не ленитесь объяснять

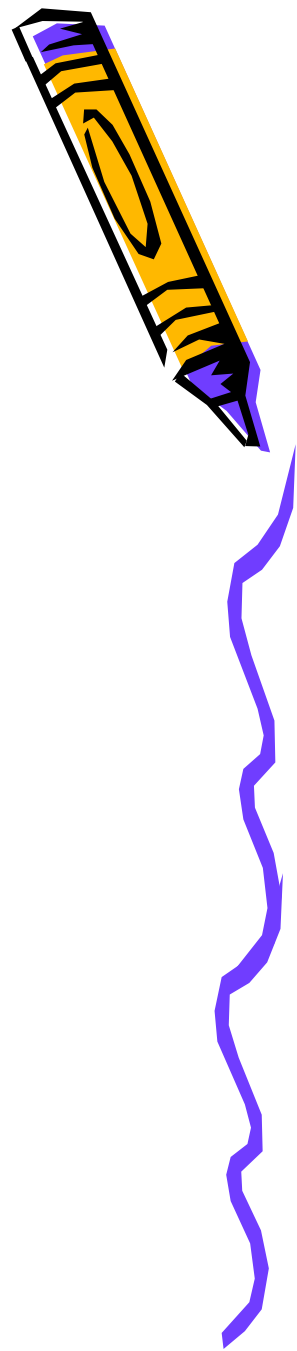




- Всегда объясняйте причины ваших требований. Так вы поможете ребёнку впоследствии принимать правильные решения самостоятельно. Так скажите, что вы хотите видеть его дома к определенному времени, поскольку после этого на улицах не безопасно. Подросток должен видеть в вашей просьбе заботу, а не сухое требование, бездушный приказ.



Будьте ГОТОВЫ встать на защиту  
подростка

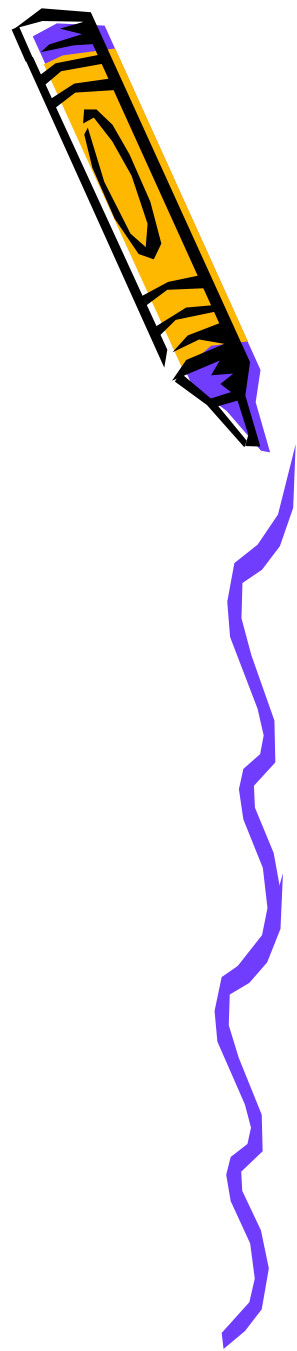




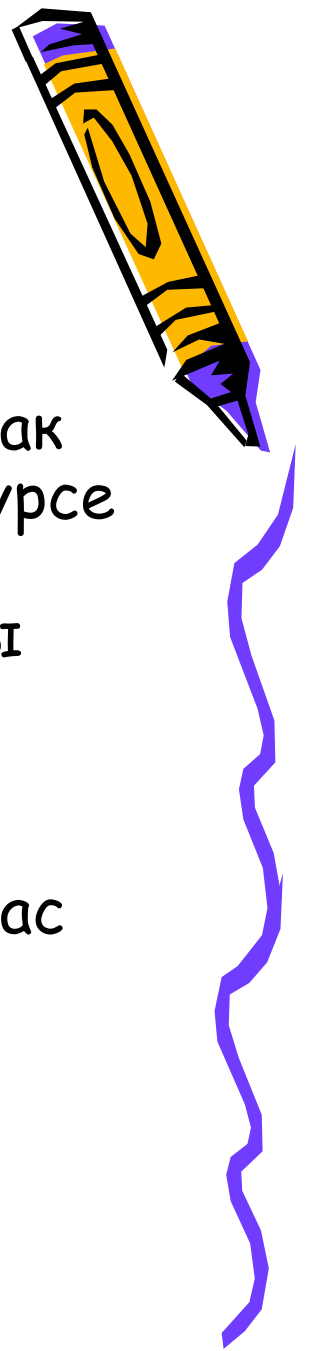
- При всей кажущейся взрослости, подростки – самые уязвимые существа на свете. Они нуждаются в защите. Кто же ещё встанет на их сторону, если не родители? Дайте ребёнку понять, что вы с ним. Что вступитесь, поможете советом и никогда не осудите. Подростку важно знать, что он не один в этом мире.



Будьте в курсе



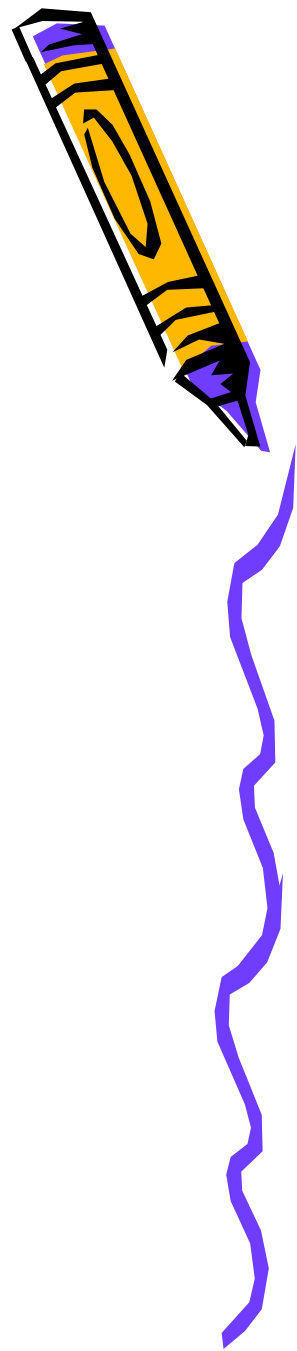


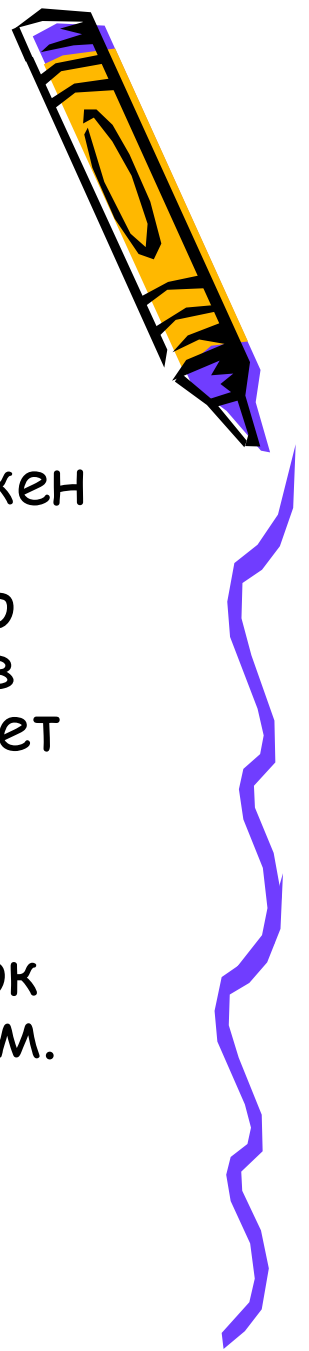


- Знать, какую музыку слушает ваш ребёнок, как зовут его друзей (и их родителей), быть в курсе его школьных дел – задача максимум для хороших родителей. Это необходимо, чтобы иметь точки соприкосновения в общении родителей с подростком. Он обязательно оценит ваше внимание. Видя, что вы в курсе всех его дел, подросток просто не сможет вас игнорировать. И вряд ли захочет.



Будьте гибким

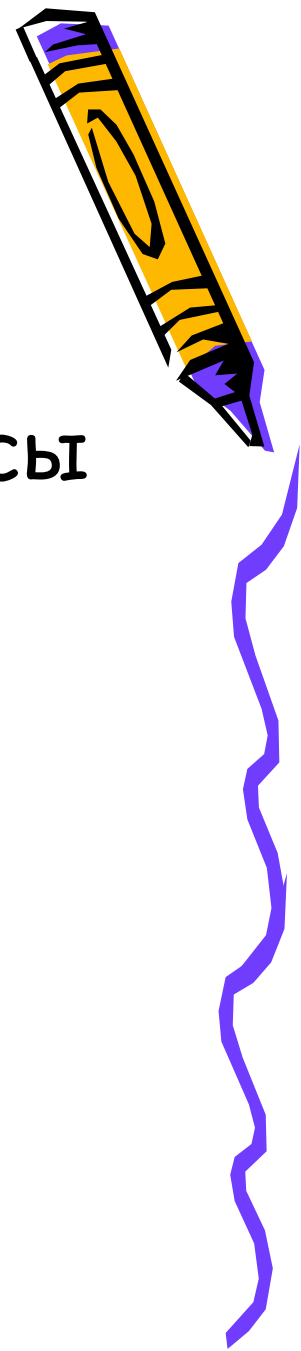


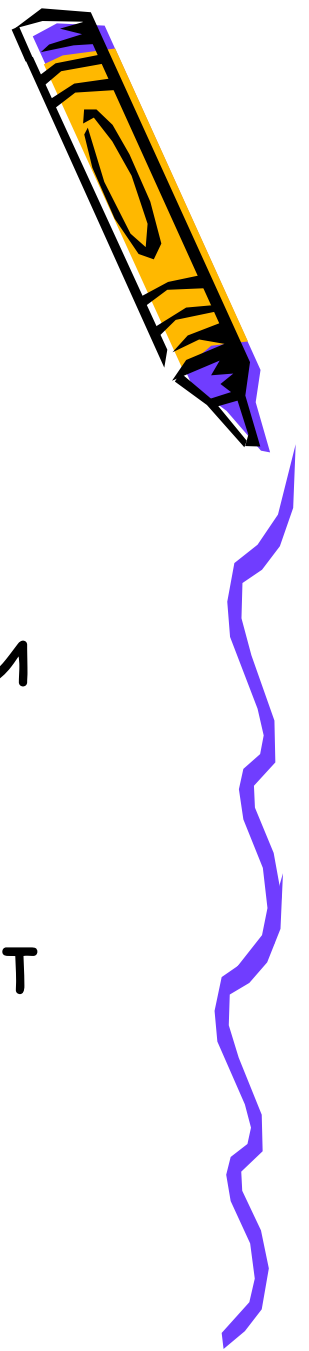


- Правила, конечно, должны быть, но не без исключений. Например, когда ребёнок должен убратся в своей комнате, но он занялся чтением интересной книги и просто забыл о своих обязанностях. Будьте гибкими, зрите в корень вопроса. В конце концов, уборка может подождать. Дайте ребёнку понять, что вы не бездушная машина, отдающая приказы, а человек понимающий и умеющий идти на компромисс. Поверьте, уже завтра подросток сам уберёт в своей комнате. С удовольствием.



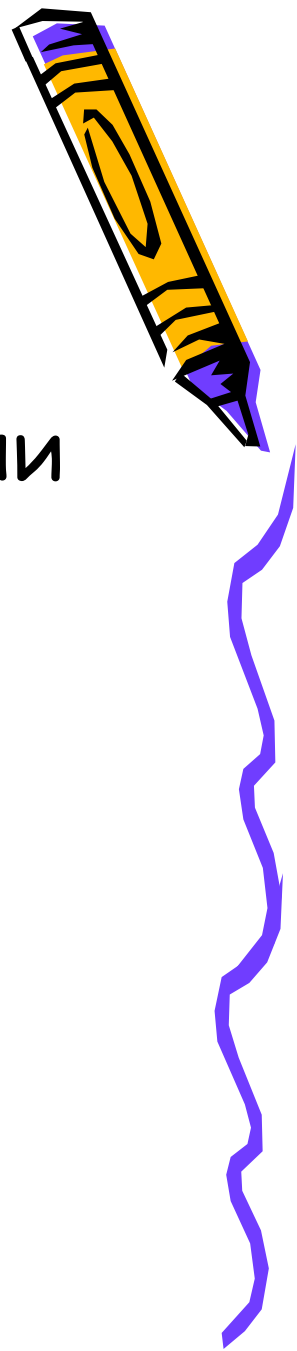
Имейте с ребёнком общие интересы





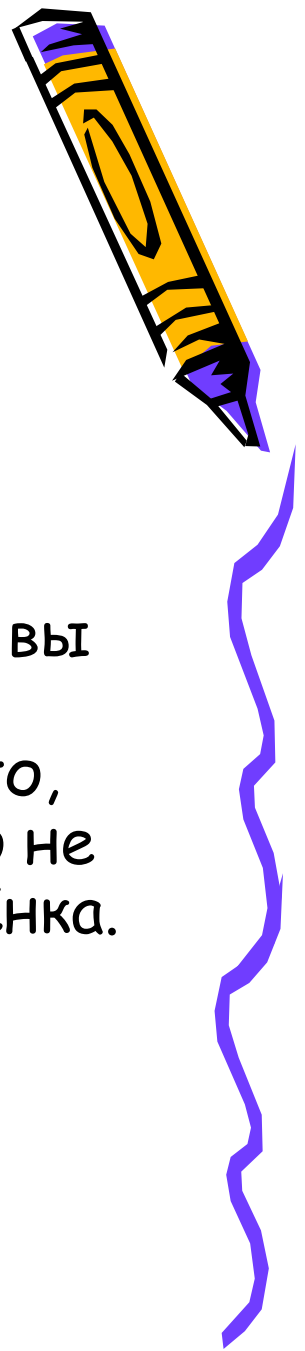
- Наличие общих интересов означает, что вы понимаете друг друга лучше. Вы вместе учитесь и делитесь опытом. Поверьте, ваш подросток хочет иметь какую-то связь с вами, кроме споров насчёт помощи по дому.





- Продолжайте говорить ,даже если он не будет слушать





Это кажется нелепым, но подростки всегда прислушиваются к родителям. Даже тогда, когда они кричат, они прекрасно слышат и понимают вас. Скажите своему ребёнку, что вы думаете о курении, наркотиках, сексе. Информация обязательно пройдёт через него, даже если это выглядит так, как будто этого не произошло. Не игнорируйте проблемы ребёнка. И он не сможет проигнорировать вас.

