

Как выжить с подростком?

«ДЕТИ НЕ РОЖДАЮТСЯ БЕЗОТВЕТСТВЕННЫМИ, АГРЕССИВНЫМИ, ЛЖИВЫМИ И Т. Д., ТАКИМИ ИХ ДЕЛАЮТ РОДИТЕЛИ», - СЧИТАЕТ МИХАИЛ ЛАБКОВСКИЙ, ПСИХОЛОГ.

ИЗ АНГЕЛА - В ЕЖА

- Как понять, что у ребенка начался переходный возраст, и учесть это в отношениях?

- Есть чисто физиологические признаки. Из сладкого ангелочка с длинными ресничками и розовыми щечками ваше чадо превращается в крикливого, конфликтного, плохо умытого, местами волосатого ежа. Обычно он не хочет учиться, читать и отрываться от планшета. Но прощать хамство нельзя и такому «ежу». Важно дать подростку понять, что с вами так обращаться нельзя. Но главное - устранить причину агрессии. Возможно, мама с папой сами без конца скандалят - друг с другом или с ребенком. Или такое поведение стало реакцией ребенка на чрезмерные запреты родителей: это не надевай, позже восьми не гуляй, в планшет не играй... Когда дети задушены, несамостоятельны, опекаемы, это усиливает конфликт.

- Дать больше свободы и самостоятельности?

- А никто у вас и не будет

ПРАВИЛА

-  **Будьте всегда на стороне своего ребенка,** будь то конфликты с учителями, сверстниками и т. д.
-  **Умейте слушать,** не перебивая и не вставляя поминутно фразы типа: «А я говорила/предупреждала/знала...»
-  **У подростка должны быть не только права, но и обязанности.** Например - помочь семье, и это не обсуждается.
-  **У ребенка должно быть свое личное свободное время,** когда он ничего не делает, - от 2 до 4 часов в день.

ХОРОШЕГО РОДИТЕЛЯ

-  **Не решайте за ребенка,** что ему лучше, - в выборе друзей, одежды, вуза, увлечений и т. д.
-  **Не пытайтесь контролировать каждый шаг,** отпускайте и доверяйте, особенно когда у него появляется «личная жизнь».
-  **Не спрашивайте с порога про оценки и школу,** если сам не заводит разговор.
-  **Наказывайте, если это необходимо.** Но так, чтобы ребенок не сомневался, что вы его любите.



УМЕЙТЕ ДОГОВАРИВАТЬСЯ:
 подростку всегда что-то нужно от вас (например, карманные деньги), а вам - от него.

Инфографика Марии КЛЕМЕНТЬЕВОЙ
Фото Legion-Media

спрашивать разрешения! В РФ возраст вступления в половую жизнь - около 15 лет. Курить и наркотики принимать подростки начинают в среднем в 12,5 лет. Вы думаете, ваши запреты удержат? Напротив, задерганные, опекаемые дети, которых постоянно ограждают от всего плохого, будут рады любому «косычку» - запретный плод сладок. Кажется, что так раскусать плохо, но это факт: некоторыми вещами лучше переболеть в 15 лет, чтобы они

не накрыли в 20. Если родители ребенку доверяют, поддерживают, считаются с ним, дают свободу, рассчитывая на его сознательность, то он повзрослеет и перерастет глупости. А вот не имея поддержки и уважения в семье, он будет искать это на стороне. Дети, которых без конца прессовали, закончив школу и поступив в институт, все равно оторвутся по полной: начнут курить, пить, менять половых партнеров... Вот только взрослый,

творящий детские глупости, выглядит по-идиотски, да и шансов зависнуть в неприятной истории у них гораздо больше - они попросту не знают, как жить своим умом, распоряжаться своей свободой.

ТРЕВОЖНЫЕ ОТЛИЧНИКИ

- Вы настаиваете: уроки с ребенком делать не надо, оценки спрашивать не надо и вообще заводить разговор про школу не

стоит. То есть он на двойки будет учиться - и ладно?

- А будете спрашивать, разве станет на пятерки учиться? Вы изначально лишили ребенка возможности учиться самому, и он делает это из-за страха наказания. У него рефлекс: контролируют - учится, не контролируют - забывает. Это опять несамостоятельность, инфантилизм, которые могут привести к проблемам в будущем. Дети не рождаются безответственными. Они такими становятся в результате действий их родителей. Ответственность и самостоятельность воспитываются через доверие и свободу.

Вообще российские родители почему-то слишком ориентированы на оценки. А ведь школа должна не набить ребенка знаниями (в эпоху Интернета они обесцениваются), а научить общаться, отвечать за свои поступки, правильно распоряжаться временем. Нередко отличники, которые «берут попой» и высжиживают свои оценки, - это тревожные дети с пониженной самооценкой. Если мама спокойно реагирует на двойку или неудачи в спорте, не истерит и не выносит ребенку мозг нотациями, то он обязательно выравнивается и находит дело, где у него все получается.

Юлия БОРТА