



Если подросток сводит с ума

Что чаще всего говорят родители детей, вступивших в подростковый возраст? «Мы их не узнаем, они неуправляемые...» Основания для этих слов есть. Но есть и возможность пережить нелегкое время без испорченных отношений и нервов.

Как должны вести себя мудрые родители (а мы все мечтаем быть ими) со взрослеющими детьми? Спрашивать как со взрослого, не забывая, что это ребенок, – не в меру обидчивый, ранимый, разделяющий мир только на черное и белое. А еще очень нуждающийся в любви, хотя и не признающийся в этом. В большинстве случаев родителям не помешает пересмотреть свое отношение к подростку и методы воспитания. «Перезагрузка» точно потребуется, если в перечисленных ниже случаях вы найдете свой.

Ребенок отдаляется от вас

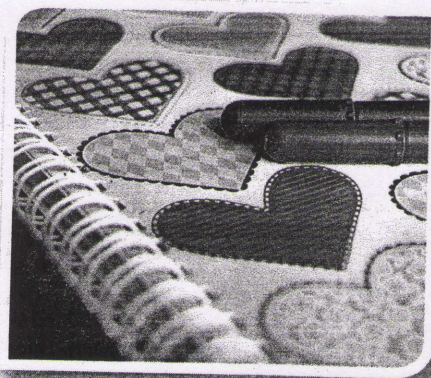
Вам хочется быть самым близким человеком для сына или дочери. Но вы замечаете, что у ребенка появились секреты, он стал более замкнутым, перестал делиться мыслями, спрашивать совета. Вы настаиваете на открытости, уговариваете остаться лучшим другом, но вместо согласия получаете еще большее отчуждение и даже агрессию. Что происходит? У вашего чада появились другие авторитеты – друзья, мнение которых сейчас важно в первую очередь, и это нормально.

Не давите на подростка, но и не отстраняйтесь от него из-за обиды. Будете настаивать на своем – в ответ получите противодействие. Начнете показывать такую же холодность – ребенок по-

чувствует себя ненужным. Ведите себя спокойно и доброжелательно. Дайте понять, что не навязываете свое внимание, но всегда готовы к диалогу, как только это понадобится.

Ребенок выходит из-под контроля

Стараясь оградить подростка от дурных привычек, возможного влияния плохой компании опасных ситуаций, родители начинают активно вторгаться в его личное пространство. Они проверяют карманы, сумку, читают сообщения на телефоне и переписку в социальных сетях, подслушивают телефонные разговоры. Если вы поступаете таким образом, то бесцеремонно вторгаетесь в личную жизнь ребенка; обесценивая



Не заглядывайте в личные дневники и записи подростка. А если все-таки заглянули, не обсуждайте с ним прочитанное там

ее и подрывая доверие к себе. Как следствие получите стремление сына или дочери освободиться от вашего надзора, меньше общаться и реже бывать дома.

Спору нет, контроль необходим. Но если уж вы взялись контролировать подростка, найдите способ делать это совершенно незаметно. А еще лучше – обсудите с ребенком границы дозволенного (например, в какое время он должен быть дома, когда и сколько раз вы созваниваетесь). Серьезнейшим образом поговорите о вреде курения, употребления алкоголя и наркотиков. Постарайтесь не отделяться общими фразами типа «Замечу – прибыю!», а приведите примеры покалеченных жизней.

Ребенок говорит, что вы его не понимаете

Внимательно ли вы слушаете, когда ребенок рассказывает вам о своих делах, проблемах, мыслях? Возможно, они кажутся пустячными, но только вам, а не ребенку. Особенно болезненно он воспринимает несерьезное и равнодушное отношение родителей к переживаниям о предмете своей симпатии или первой любви. Вы никогда не будете поняты, если скажете, что все эти ранние влюбленности – мимолетны и не стоят волнений. Мол, сколько их еще будет! И ни в коем случае не высмеивайте предмет любви. Так можно довести свое чадо до нервного срыва, последствия которого бывают очень серьезными.

Постарайтесь проникнуться проблемами ребенка, отнеситесь с уважением к его чувствам. Говорите о том, что понимаете его переживания, – приведите похожий пример из собственной юности. В то же время снижайте накал эмоций у подростка, помня о его склонности многое драматизировать. Но делайте это деликатно.

Вы чувствуете, что теряете уважение ребенка

Вероятно, вы настолько отдаете себя ребенку, что забыли о своих потребностях, интересах. Ваша собственная жизнь поблекла и растворилась в заботах о сыне или дочери. В прошлом остались встречи с друзьями, занятия хобби, посещение кино, театра, просто время для себя... Наблюдая такое пренебрежительное отношение родителей к самим себе, подросток начинает воспринимать это как должное. Родители как личности перестают вызывать у него интерес и теряют уважение в его глазах.

Не пренебрегайте собой, живите полной жизнью, получайте от нее удовольствие. Это добавит сил для воспитания подростка, а еще непременно даст ему повод гордиться вами – такими современными, эрудированными, увлеченными родителями. ■