



ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ "ПОДДЕРЖКА СЕМЕЙ, ИМЕЮЩИХ ДЕТЕЙ"
НАЦИОНАЛЬНОГО ПРОЕКТА "ОБРАЗОВАНИЕ"

КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР

«Центр развития ребёнка – Детский сад № 38» г. Костромы



Консультация для родителей

КАК НАУЧИТЬСЯ КОНСТРУКТИВНО ВЛИЯТЬ НА ПОДРОСТКА

Родителем подростка быть трудно. Тебе хамят, ни во что не ставят, советы не слушают, творят фигню, не учатся, требуют только интернета и денег. В такие моменты нам кажется, что всё пропало: не справились с задачей и уже ничего не исправить. А ведь так страшно, что ребенок заиграется, не сделает чего-то важного и угробит свое будущее. Я очень вас понимаю. И давайте поищем волшебную таблетку. Что же можно попробовать сделать, чтобы получить шанс на хоть какое-то конструктивное влияние на это неуправляемое прыщавое существо.

Больше никогда в жизни с человеческим организмом и психикой не происходит такого количества изменений и качественной перестройки, как в подростковом возрасте. Бабочки просто окукливаются и так становятся взрослыми — у людей такого механизма нет. А принцип тот же самый. Каким-то образом, через пот, сопли, слезы и пивасик из милого ребенка получается адекватный взрослый. Ну или просто взрослый.

И у нас в руках пуля со смещенным центром тяжести, которая годам к 16–18 должна куда-то прилететь. Давайте попробуем что-то сделать, чтобы направить, и чтобы при этом руки нам не оторвало.

Сначала примем горькую пилюлю. К этому возрасту все, что можно было воспитать, мы уже воспитали. Все. Финиш. Все ценности, установки и нормы транслированы, все возможные представления о жизни в голову вложены.

Это печально, ведь еще такое количество идей и пользы! Но это и хорошо — для нас означает, что можно больше не тратить колоссальное количество сил и времени на бесполезные слова и действия.

Более того, если что-то когда-то было накосячено в воспитании, то сейчас это уже часть вашего ребенка. Можно долго и увлеченно ковырять прошлое, упиваясь виной, но это ничего не изменит сейчас. Имеет смысл работать с той ситуацией, которая у нас на руках, а не с тем, что ее создало.

И совершенно точно, что никогда не поздно начать вести себя иначе, чем раньше.

Вторая горькая пилюля. К этому возрасту область нашего контроля и влияния — минимальна. Ну, это если все происходит более-менее правильно. Мы не знаем, где он и что делает. Последние бастионы влияния — это шантаж, манипуляция и подкуп. И те работают все слабее и слабее. Попробуйте отобрать телефон у лба под два метра ростом, который хочет смотреть ютубчик.

Третья горькая пилюля. Все наши представления о том, что важно, нужно и полезно в этой жизни равны нулю в глазах подростка. Да и, честно говоря, такая динамика изменений в окружающем мире, что мы и правда ни фига не понимаем, что и как должно быть.

Условно сладкая пилюля. Единственная возможность конструктивного влияния на подростка — выстраивание с ним доверительных, минимально партнерских отношений. Если вы сделаете только это и искренне забудете на все остальное, то считайте, что все возможное ощущение безопасности у вас в кармане.

Иначе говоря, даже если в его жизни абсолютный трындец и все идет не так, как вы видели в своих мечтах, то все может быть хорошо, если при наступлении настоящей проблемы подросток придет и расскажет вам. А вы пойдете его спасать.

Что можно делать, чтобы получить шанс на отношения с подростком:

1) Признать ситуацию и объективно ее для себя описать. Без лишних эмоций и трагедий. Вот что сейчас происходит с подростком, вами, вашими отношениями. Реальные изменения возможны только от реальных фактов, а не от иллюзий типа: «Я такой прекрасный родитель... Я ему все, а он — подонок».

2) *Согласиться с отдельностью подростка от вас. И отдельностью его результатов от ваших усилий. И право на самостоятельный выбор, даже если он очень плох. В этом же пункте четко опишите оставшиеся у вас области влияния.*

3) *Сформулируйте и определите немногие критичные требования от подростка. Все равно ресурса получать все вообще у вас нет. Поэтому дайте себе возможность сосредоточиться на главном.*

4) *Все остальное отменяйте. Забейте, расслабьтесь. Помните о приоритетах.*

5) *Займите позицию готовности к контакту (Подростки изредка, но все же проявляют желание общаться. Хорошо бы им в этот момент не прилетело). Первый шаг к доверию все же нужен с вашей стороны.*

6) *Помните, что взрослый все равно вы. Помогает образ большой-большой собаки, которая лениво, но однозначно заботится о щенках, не суетясь по мелочам.*

7) *Ну и подростковый возраст ребенка — отличный шанс уделить время себе, своей жизни, здоровью, развитию, хобби, бизнесу, работе, друзьям и отношениям.*

Не получилось волшебной таблетки. Ой. Ну что ж. Быть родителем подростка очень трудно. Облегчайте себе жизнь: ваш подвиг в направлении спасения будущего своего подростка никто не оценит. И сам подросток тоже.

Ищите в своем подростке прекрасного взрослого и начинайте с ним общаться, как будто взрослый уже появился.