

Анна Гресь

Как

обнять
кактус

Как пользоваться книгой?

Вы можете найти в содержании «свою ситуацию» и прочесть о ней, чтобы выбрать способ действий.

Также вы можете прочитать книгу от начала до конца, потому что некоторые разделы в ней — это общие «ключики» к подростковому поведению.

Каждый родительский вопрос, каждая проблема решается минимум тремя способами. Конечно, в жизни способов намного больше. В книге приведены те из них, которые могли бы стать отправной точкой для решения проблемы.

1

Способ первый, самый простой

Этот способ поможет вам принять экстренные меры, хотя бы начать анализировать ситуацию, выиграть немного времени, чтобы лучше подготовиться. Большинство приемов, описанных в первом способе, эффективно работают непродолжительное время. Это своего рода «таблетка», которая помогает на некоторое время если не избавиться от «болевого симптома», то хотя бы немного ослабить его. Но такой способ все же нужен, ведь очень многие ситуации, связанные с подростковым поведением, не терпят отлагательств.


2

Способ второй, посложнее

Серьезная семейная работа, поиск путей решения проблемы — это и есть второй способ. Например, придумать, чем по-настоящему можно увлечь подростка, если он не желает учиться. Как заменить искусственную (материальную) мотивацию настоящей, внутренней. Как договориться всем участникам воспитательного процесса. Как правильно строить общение с подростком, если он перестал идти на контакт.


3

Способ третий, самый сложный

Конечно, воспитание ребенка — процесс двухсторонний, ведь в нем участвует и подросток, и взрослый. Причины конфликтов и проблем нужно искать не только в ребенке. Разобраться в своем собственном поведении, отношении к ребенку и ситуации в целом как раз и предлагает третий, самый трудный способ. Но здесь вы также найдете совет, когда не стоит заниматься самоанализом и самолечением, а нужно поскорее обратиться за помощью к психологу.

1

Скорая помощь

2

Анализ, поиск причин и работа с ними

3

Работа родителей над собой, обращение к психологу

Пробуйте разные способы и приемы, постарайтесь посмотреть на своего ребенка иным взглядом, опираясь на подсказки подросткового психолога. У вас обязательно все получится!

Подросток не хочет учиться

«Наш Вади́к в первом классе был отличником, — рассказывает мама подростка. — В школу бежал вприпрыжку, очень любил математику. Учителя всегда отзывались о нем как о лучшем ученике, целеустремленном, серьезном. Все было хорошо до тех пор, пока не начался подростковый возраст. Сейчас все изменилось. Сын выполняет домашние задания примерно два раза в неделю. Все остальное время «висит» в соцсетях, играет в компьютерные игры. Уговоры начать учиться, взяться за ум не помогают. Говорит, что учеба вообще не нравится, что ни один предмет, ни одна область знаний его не привлекают».

Родители даже попробовали платить Вади́ку деньги за хорошие отметки. Но этот рычаг не сработал, как и многие другие.

Почему подростки не хотят учиться? Как сделать так, чтобы ребенок-подросток взялся за ум?

Итак, у большинства подростков учебная мотивация весьма снижена. И дело не в том, что школа плохо работает или родители чего-то не делают. Просто для подросткового возраста характерна смена учебного интереса интересом коммуникативным. Другими словами, ребенок хочет не учиться, а общаться — с детьми своего пола и противоположного, со

Подросток курит

Сначала у мамы Анжелы появились смутные подозрения о том, что ее дочь покуривает. И однажды они переросли в четкую уверенность. Мама обнаружила в сумке у дочери начатую пачку сигарет.

«Это не мои! — стояла на своем дочь. — Это Маша положила в мою сумку свои сигареты».

«На какое-то время я успокоилась, — говорит мама. — Но вот однажды, возвращаясь с работы, я увидела около забора детского сада нескольких подростков с сигаретами. Анжела была с ними. Как и у остальных, в ее руке была зажженная сигарета. Честно говоря, у меня был шок. Никак не хотелось верить, что моя дочь курит. Но факт остается фактом. Что теперь? Запретить? Ругать?»

Многие подростки курят. Как ни ужасно это звучит для большинства родителей, но это факт. Еще больше подростков пробовали курить или собираются сделать это в ближайшее время. Зачем они это делают? По множеству причин.

- Чтобы доказать, что они взрослые.
- Чтобы почувствовать свою взрослость.
- Чтобы показать, что они могут быть «членами стаи» других подростков.
- Чтобы показать, что им плевать на мнение взрослых.
- Чтобы выглядеть круто.
- Чтобы сделать селфи.

И еще 177 разнообразных причин побуждают ребенка взяться за сигарету.

Что делаем мы, взрослые, в случае, если заподозрили или даже поймали ребенка за курением? Разнообразие наших реакций невелико:

- ругаем;
- наказываем;
- читаем нотации;

3

Способ третий, самый сложный

Этот способ сложный, зато самый эффективный. Вспомните, о чем мы говорили выше. О том, зачем подростку нужна сигарета в руках. А что если помочь ему самоутвердиться в другом направлении? Например, стать крутым можно не только при помощи курения, но и при помощи спорта, творческих способностей и многого другого. Хочет «взрослое» селфи? Предложите альтернативу — селфи на пароплане или на американских горках. Вообще, ваша задача — показать ребенку другие способы самореализации и при этом не испортить с ним отношения. Ведь поначалу подросток может отказываться от ваших предложений. Постарайтесь не давить и не навязывать, ведь именно назидания родителей вызывают чувство протеста.

Подросток грубит

«Мы даже сами не поняли, когда это все началось. Был такой милый, покладистый мальчик, — чуть не плача рассказывает мама Леша. — Ласковый, тихий, слова плохого никогда не скажет. А вот лет с двенадцати резко изменился. Сначала бабушка пожаловалась, что он ей грубит. Потом мне досталось, причем нагрубил при всех, громко, просто опозорил всю семью. Папа с ним тогда строго поговорил, и на какое-то время все затихло. Мы обрадовались, потому что никак не могли понять, что нам делать, если все это не закончится. А потом все возобновилось. Леша может грубо ответить любому из нас. Он стал дерганым, крикливым. И классный руководитель говорит, что в классе он грубый, примкнул к группе самых хулиганистых ребят. Как нам правильно вести себя с сыном? Как наладить нормальные отношения? Наказывать его или нет? Что он может от нас нормально воспринять?»

контролировала время его прогулок, подсчитывая минуты и ругая за опоздания. Все закончилось тем, что парень начал демонстративно опаздывать, выказывая абсолютное равнодушие к словам взрослых и грубо отвечая на все претензии. После того как родители пересмотрели свои требования, Леша получил возможность не бежать домой минута в минуту, а приходить в пределах часа. И он перестал грубить родителям.

Подросток угрожает уйти из дома

Семья Алеся вполне благополучная. Мама и папа воспитывают двух дочерей — Алеся и ее младшую сестричку, трехлетнюю Марьяну. Алеся бывает вспыльчивой, может надолго обидеться. Она считает, что мама и папа всегда несправедливы к ней: «Они вечно ругают меня, хотя я ничего плохого не делаю. Ну, задерживаюсь иногда с прогулки. Но в таких случаях всегда предупреждаю, звоню маме, говорю, что погуляю с друзьями еще полчаса».

«Когда мы ссоримся, Алеся то и дело говорит: «Я уйду от вас, вы меня достали!», — рассказывает папа. — А наша мама очень переживает из-за этого, говорит, что Алеся может и в самом деле уйти. И как мы тогда ее найдем? Или с ней может случиться что-то страшное. Поэтому иногда мы боимся сказать своей старшей дочери что-то лишнее, что ее как-то может рассердить. Вот и получается, что дочка нами манипулирует. Но что-то действенное предпринять мы не можем».

Итак, подросток угрожает уйти из дома. Ему может не нравиться, что вы ему что-то запретили. Или что вы обидели его словом. И тогда подросток заявляет: «Все! Я от вас ухожу!» Чего же он добивается таким поведением?

пытался сказать ей об этом. Но мама не слушала сына. Тогда подросток собрал свои вещи и сказал, что уходит. Потому что он вырос и хотел бы сам решать, какую одежду ему носить. И только когда сын хлопнул дверью, мама наконец-то согласилась на то, чтобы он сам выбирал свой гардероб. Чтобы быть услышанным, юноше пришлось устраивать целое представление. Так может, лучше не доводить до такого?

Подросток ворует деньги дома

«Мы в шоке! — говорят мама и папа Олега. — Сначала не хотели в это верить. Думали, что показалось. Думали, что положили куда-то деньги, а они потерялись. Но нет. Наш сын ворует деньги. Он вытаскивает их из кошельков у меня и у мужа. А недавно бабушка пожаловалась. У нее на лечение зубов лежали двести долларов. И они пропали, когда наш сын ездил к ней в гости.

У нас нет воров в семье. Мы все много работаем, деньги никогда не доставались нам даром. И тут такое! С сыном проводили беседу. Он все отрицает. Что делать — непонятно. Муж считает, что надо проверить сына на детекторе лжи. Но это ужасно! И как дальше жить, если не доверяешь собственному ребенку? Мы не можем сказать, что у нашей семьи много денег. Но сын никогда ни в чем не знал отказа. Он имел все самое лучшее. Мы старались с мужем, потому что сами в детстве мало чего имели».

С проблемой детского воровства сталкивается немалое количество семей. Иногда дети могут без спроса брать деньги и в младшем школьном возрасте, а не только в подростковом. Причины детского воровства в разные периоды взросления могут отличаться, хотя цели трат очень похожи. Например, малыши берут деньги, чтобы купить сладости или игрушки. Они могут кушать конфеты сами или угощать

совые отношения с ребенком, чтобы у него не было повода тащить деньги из вашего кошелька. Например, можно давать подростку возможность зарабатывать деньги. За какую работу платить ему — это нужно обсудить совместно маме и папе. Только не забывайте о том, что все домашние обязанности для него не могут быть платными.

Количество карманных денег тоже должно быть разумным и понятным ребенку.

Есть еще один важный момент. Необходимо посвящать подростка в финансовые планы семьи, показывать ему все статьи семейных расходов. Рассказывать, как родители зарабатывают деньги. Ведь большинство детей и подростков очень легкомысленно обращаются с родительскими деньгами, не задумываясь над тем, как их зарабатывают папа с мамой и какие необходимые расходы имеет семья.

Подросток увлекся молодежной культурой

«Дочка начала вести себя странно, — говорит папа Каролины. — Слушает какую-то ужасную музыку, постоянно что-то пишет в соцсетях, покрасила волосы в черный цвет и выбирает одежду темных, мрачных тонов. Раньше вообще не пользовалась косметикой, а теперь не выйдет из дому, не накрасив глаза и губы. Ногти у нее, кстати, тоже покрыты лаком черного цвета. Школьный психолог сказал нам, что это нормально, что наша дочка увлеклась новым молодежным направлением и таким образом проявляет себя, что в этом нет ничего страшного. А я вижу это иначе, и мне становится очень страшно. К нам в гости приходят какие-то странные личности, такие же черные. Они закрываются у дочки в комнате, чтобы послушать музыку. Запрещать не получается, потому что в ответ дочь просто захлопывает дверь в свою комнату и говорит, что мы с матерью отсталые и ничего не понимаем».

Подросток нецензурно выражается

Рассказывает мама Яны: «Я пришла домой с работы раньше обычного. Открыла дверь, и у меня чуть не случился сердечный приступ. Из комнаты доносилась такая брань, что трудно себе даже представить. Я, в своем-то возрасте, даже половины этих слов не знаю и не понимаю, что они могут означать. Ругалась моя дочь. Точнее, она так разговаривала по телефону. А когда я зашла в комнату, тем самым обнаружив свое присутствие, она немного стусевалась, положила трубку. Потом она принялась спорить со мной, доказывать, что сейчас никто не разговаривает на языке Шургенева и Чехова. Мы поссорились. Каждый остался при своем мнении. Мои дальнейшие попытки завести разговор о культуре речи ни к чему не привели. Понимаю, что подростки могут говорить не вполне литературным языком. Но не настолько же!»

Мамино негодование понятно. В семье так не говорят, дочь учили только хорошему, читали книги, водили в театр. И вдруг — такой конфуз. Вдобавок ко всему, дочь не считает, что делает что-то из ряда вон выходящее. Что делать? Попытаться «строить» подростка, требуя говорить культурно? Или махнуть рукой и делать вид, что все нормально? Для начала попробуем разобраться, зачем подростки используют сленг, всевозможные грубые словечки и даже нецензурные выражения. На самом деле подобное поведение — не что иное, как стремление казаться старше, взрослее, опытнее, самостоятельнее. Чаще всего подростки копируют речь своих старших друзей и даже, как это ни смешно звучит, родителей. Нецензурные слова и выражения — это своеобразный код, который подростки используют, считая, что он придаст им вес и авторитет, даст возможность «стать своим». Ругаться — означает для них нарушать запреты взрослых, что тоже свойственно подросткам. Нарушение установ-

3

Способ третий, самый сложный

Что делать, если не сработали два предыдущих способа? Что если ребенок продолжает нецензурно выражаться? Мы говорили о том, что использование ненормативной лексики дает ребенку возможность чувствовать себя взрослым и самостоятельным. Так попробуем дать подростку возможность проявить самостоятельность в чем-то другом! Пусть почувствует, что с ним считаются, его уважают, у него появилось больше взрослых обязанностей и больше возможностей. Вероятно, тогда у него не будет необходимости ругаться для того, чтобы окружающие заметили его «взрослость». Произойдет это не в один момент. Для осознания понадобится время.

Вот несколько шагов, которые можно использовать, чтобы дать подростку возможность почувствовать себя взрослым:

- разрешите подростку самому выбирать одежду;
- пусть он сам решает, как будет проводить свое свободное время;
- предоставьте ему возможность выбирать свои увлечения;
- советуйтесь с ним, принимая решения, которые касаются вашей семьи;
- не критикуйте его увлечения, а, напротив, старайтесь понять их и поддержать.

Подросток не находит общего языка с учителями

Мама Кирилла рассказывает: «Наш сын конфликтует со многими учителями. Такой проблемы раньше не было. Но в этом году мы узнали, что сын грубит на уроках, отказывается выполнять требования некоторых учителей, говоря нам, что педагоги поступают несправедливо, что они ставят низкие отметки, при-

осознать. Ребенку нужно понять, что он чувствует, почему чувствует именно так, почему чувствует это по отношению к другому человеку, предмету, событию. Хорошо, если ваш подросток с детства умеет анализировать свои мысли и чувства. Но бывает и так, что раньше у него была такая способность, а теперь он закрылся, не хочет разговаривать, делиться. Да и с самим собой ему непросто, все кажется трудным, ужасным, раздражающим. В таком случае нужно обратиться к специалисту — психологу, который специализируется на работе с подростками. Как вариант, это может быть человек, который пользуется у подростка авторитетом и доверием. Лишь после того, как ребенок поймет свои чувства и назовет их, можно приступать к работе над самоконтролем. Сдерживать агрессию, направить ее в «мирное русло» — задача не из простых. Но она вполне по силам вашему подростку, при условии разумной, квалифицированной помощи со стороны.

Подросток хочет сделать татуировку или пирсинг

«Сын просит деньги на то, чтобы сделать себе татуировку. Я же категорически против того, чтобы он уродовал свое тело. Я просто не понимаю этого желания рисовать на себе жуткие, некрасивые картинки с животными, крестами или черепами, — говорит папа Стаса. — Я человек военный. Не понимаю, откуда у моего сына такие дурные мысли в голове. Пробил дырку в ухе, как девочка. Теперь клянчит деньги, причем немалые, на уродство. Когда понял, что не дам, сказал, что сам заработает. А я понимаю, что потом не смогу даже общаться с ним, потому что для меня люди с татуировками какие-то неполноценные».