УЖЕ НЕ РЕБЕНОК, НО ЕЩЕ НЕ ВЗРОСЛЫЙ

Макарова М.В.
Педагог-психолог ГБУДО г. Москвы ДШИ «Родник»

ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

Многие родители хватаются за голову, когда их послушные и примерные мальчики и девочки в 12-13 лет становятся грубыми, дерзкими, зачастую отрицают все, что прививали им дома. Конечно, есть дети, которые и в переходном возрасте только радуют родителей, но их меньшинство.

Самая распространенная жалоба родителей детей-подростков в переходный период – он (она) «НИЧЕГО НЕ ХОЧЕТ». Родителям кажется, что их ребенок не интересуется ничем важным, слишком пассивен.

РОДИТЕЛИ СПРАШИВАЮТ:

Почему подросток стал менее любопытным к миру?

ОТВЕЧАЕМ:

Любопытство осталось, просто то, к чему лежит душа подростка, не вписывается в систему ценностей родителей.

ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

ТИПИЧНАЯ ПРОБЛЕМА: ТРУДНОСТИ В ОТНОШЕНИЯХ С ОДНОКЛАССНИКАМИ

Это бывает как у детей стеснительных, робких, так и у импульсивных, физически очень крепких ребят, которым из-за своей импульсивности трудно регулировать свое поведение.

Такие подростки часто не могут удержать себя в рамках.

Их поведение создает дискомфорт и сверстникам, и учителям, но оно и им самим очень сильно мешает.

ЧТО ДЕЛАТЬ?

Существуют специальные группы, где психологи работают с ребятами через череду игр и упражнений.

Включите ребенка в программу тренинга взаимодействия. Занятия научат подростков делится своими переживаниями без опасения, что они могут быть отвергнуты, помогут стать более открытыми. Тренинги дают отличную возможность научиться выстраивать доверительные отношения, замечать манипуляции и обходиться с ними, избавляться от стереотипов в отношении себя и других, договариваться в ситуации конфликта, что очень важно для общения со сверстниками .

ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

ОСОБЕННОСТИ ВОЗРАСТНОЙ ПСИХОЛОГИИ – ЗАМКНУТОСТЬ ПОДРОСТКА

ПРИЧИНА-ВОПРОС

— Может ли зажатость нелюдимость подростка быть связана с одиночеством, которое он чувствует в семье?

ОТВЕЧАЕМ

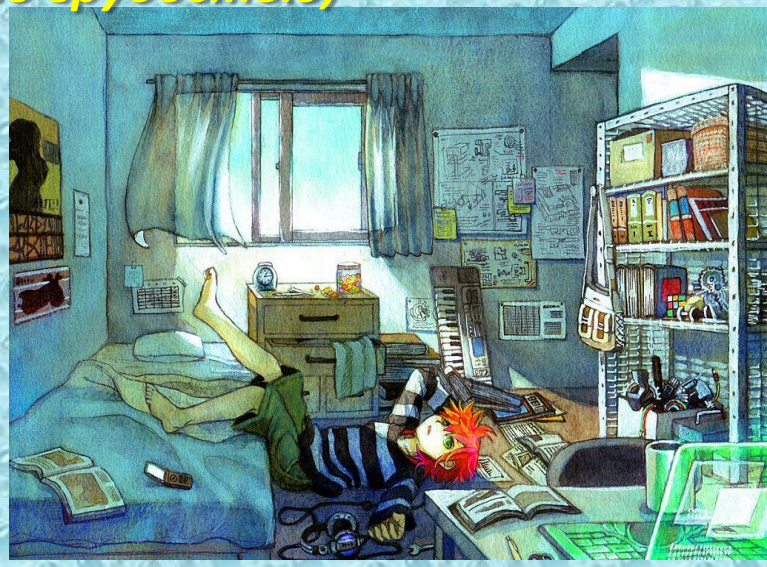
При нынешнем ритме жизни такое внутреннее одиночество подростка нередко встречается даже во внешне благополучных, обеспеченных семьях. Родители отдают ребенка в хорошую школу, в секции, кружки, ни в чем ему не отказывают, но так устают на работе, что даже в выходные не находят сил пообщаться с ним, не интересуются его внутренним миром.

Во все времена близкие отношения – и между супругами, и между родителями и детьми — всегда требовали душевных усилий, а людям инстинктивно свойственно избегать напряжения. И чем больших усилий требует общение с другими, тем чаще у людей возникает желание уклониться от этого общения.

ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

ОСОБЕННОСТИ ВОЗРАСТНОЙ ПСИХОЛОГИИ – ЗАМКНУТОСТЬ ПОДРОСТКА

Конечно, с подростком просто не бывает – у него ВОЗРАСТНОЙ КРИЗИС, период перестройки отношений со сверстниками, с обществом, с собой, с родителями, и по-человечески можно понять семью, которая, сталкиваясь с изменением своего ребенка, его грубостью, непредсказуемым поведением, чувствует бессилие и отступает.



А загруженность работой вроде бы уважительная причина – для него же все и стараются.

На самом деле бегство от проблем зачастую лишь усугубляет их.

Родителям важно находить силы для диалога, учитывая такую особенность возраста, как желание приобрести больше самостоятельности. Желание естественное – в 12-13-14 лет большинству становится интереснее общаться со сверстниками, чем с родителями.

ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

ОСОБЕННОСТИ ВОЗРАСТНОЙ ПСИХОЛОГИИ – ЗАМКНУТОСТЬ ПОДРОСТКА

Признавая право подростка на автономию, поиск собственного пути, своей философии, своего круга знакомств, важно помнить, что, ПОДРОСТОК НУЖДАЕТСЯ В РОДИТЕЛЬСКОЙ ПОДДЕРЖКЕ И В СТОЛКНОВЕНИИ С ГРАНИЦАМИ, ВЫСТРОЕННЫМИ РОДИТЕЛЯМИ, хоть сам он этого может и не осознавать.

Без понятных и четких границ взросление невозможно, поэтому воспитание подростка нельзя свести к поддержке и нежным словам – не менее важно договориться с ним, что можно, а что нельзя, у кого в семье какие обязанности.

Объяснить, что совместное проживание на одной территории предполагает ответственность и необходимость достижения договоренностей.

Внимание! ***Родителям важно не перепутать устойчивость и внятность с унижением и жестокостью.***

ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

ОСОБЕННОСТИ ВОЗРАСТНОЙ ПСИХОЛОГИИ – ЗАМКНУТОСТЬ ПОДРОСТКА

ТИПИЧНЫЙ ВОПРОС: МОЖЕТ ЛИ БЫТЬ ПРИЧИНОЙ ЗАМКНУТОСТИ НЕУСПЕВАЕМОСТЬ В ШКОЛЕ? ОТВЕЧАЕМ:

Иногда учителя в школе на тех, кто не успевает по их предмету ставят крест. Бывает, что и родители перестают верить в своего ребенка, и это неизбежно приводит к заниженной самооценке, комплексам, на преодоление которых могут уйти годы.

В психологии есть термин «стигматизация», означающий наделение человека уничижительным ярлыком, в результате чего он сам может поверить в свою никчемность.

Подростки особенно чувствительны к таким ярлыкам. Есть школы, в которых практикуется индивидуальный подход к каждому ребенку, но их до сих пор не так много.

Некоторым педагогам не хватает ни сил, ни компетенции для работы с более сложными детьми. Тогда вместо того, чтобы разобраться, почему ребенок с сохранным интеллектом не проявляет интереса к учебе, учителя в бессилии начинают говорить ему, какой он непутевый. Делая это, вероятно, из лучших побуждений – надеясь через стыд пробудить в нем творческую активность.

Это заведомо безнадежная система воспитания, но, несмотря на свою безнадежность, она к сожалению широко распространена в российских школах.

ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

ОСОБЕННОСТИ ВОЗРАСТНОЙ ПСИХОЛОГИИ – ЗАМКНУТОСТЬ ПОДРОСТКА

ТИПИЧНЫЙ ВОПРОС: МОЖЕТ ЛИ БЫТЬ ПРИЧИНОЙ ЗАМКНУТОСТИ НЕУСПЕВАЕМОСТЬ В ШКОЛЕ? ОТВЕЧАЕМ:

В ситуациях неуспеваемости своего ребенка родители обычно впадают в одну из двух крайностей. Либо они безоговорочно занимают сторону учителей и начинают единым с ними фронтом давить на подростка, либо, наоборот, говорят, что ребенок прекрасен, а во всем виновата школа.

Обе позиции неконструктивны! НО, пожалуй, меньшее из двух зол — когда родители все-таки защищают «хорошего» ребенка от «плохих» учителей.

Поддержка взрослых ребенку необходима, поэтому лучше такая поддержка, чем никакой.

РЕШЕНИЕ: Более по-взрослому было бы садиться за стол переговоров и спокойно подробно разбираться в конфликте: в чем претензия учителя, в чем недовольство подростка?

Если разговор пойдет в таком ключе, недалеко и до обнаружения общих целей и достижения ясных договоренностей между конфликтующими сторонами.

ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

ОСОБЕННОСТИ ВОЗРАСТНОЙ ПСИХОЛОГИИ – ЗАМКНУТОСТЬ ПОДРОСТКА

ПРИЧИНА – СЛЕДСТВИЕ: *Если поддержки со стороны родителей нет, велика ли вероятность, что подросток не только замкнется, но и может всецело поглотиться гаджетами или вовсе уйти из дома?*

ОТВЕЧАЕМ

Подростку в любом случае необходим круг, в котором его принимают и ценят.

Если он не находит этого в социально приемлемых формах, то будет искать в виртуальной реальности или в асоциальных группах.

Некоторые действительно связываются с дворовыми криминальными компаниями, но сегодня чаще подростки уходят от одиночества в виртуальную реальность.

Внешне это выглядит более благополучно – они не нюхают клей, не воруют, но для психики это все равно риск.

ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

РОДИТЕЛИ ОБЕСПОКОЕНЫ *тем, что ребенок слишком много времени проводит за компьютером.*

ЧТО ДЕЛАТЬ? ОТВЕЧАЕМ:

Интернет очень сильно поменял контекст развития подростка, но так ли это опасно?

Выясняем, что именно ищет подросток в интернете, в компьютерных играх — иногда увидев своими глазами, ситуация сразу смягчается и члены семьи находят общий язык, а иногда проблема оказывается даже серьезней, чем представляли себе родители.

В этих случаях требуется продолжительная и кропотливая работа специалистов с семьей.

Многим в подрастающем поколении интернет-общение почти полностью заменяет реальную жизнь, компьютер для таких детей становится единственным способом снять напряжение, справиться со сложными переживаниями.

ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

ИНТЕРНЕТ – ЛЕКАРСТВО ПОДРОСТКА от непринятия, непонимания, одиночества – это ОПАСНО?

ОТВЕЧАЕМ:

Конечно, зависание в интернете может быть вреднее многочасового чтения или увлечения точными науками.

НО! Нельзя согласиться с теми, кто видит в интернете только зло. Интернет дает быстрый доступ к информации, возможность регулярно общаться со сверстниками из других городов и стран, практиковаться в иностранном языке, расширять знания по другим предметам.

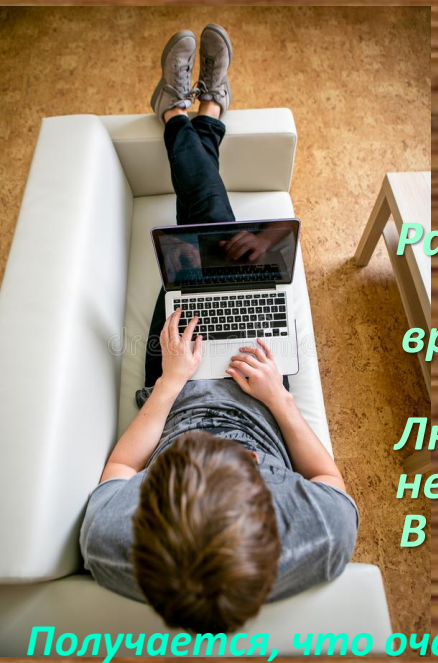
ОДНАКО ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНТЕРНЕТА ИМЕЕТ И СВОИ РИСКИ.

Можно с уверенностью сказать, что когда интернет становится главным, а то и единственным средством общения, у пользователя ухудшается умение быть в отношениях с реальными людьми, по причине невозможности разобраться в эмоциях собеседника.

«Интернетные» подростки прекрасно ориентируются в текстах, но не могут узнать что-то новое о человеке по его взгляду, интонации. Да и слышат они плохо – не привыкли к живому диалогу.

Кроме того, детям-подросткам, проводящим много времени в интернете, сложно удержать внимание на чем-нибудь одном – ведь интернет позволяет быть одновременно в нескольких окнах: музыка, видео, переписка, форум. В режиме многозадачности они чувствуют себя как рыба в воде, но сосредоточиться на одной задаче им чрезвычайно трудно.

ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ



ВОПРОС-УТВЕРЖДЕНИЕ:

Подросток предпочитает ИНТЕРНЕТ, как альтернативу живому общению и книгам – ПЛОХО?

ОТВЕЧАЕМ:

Разумеется, Интернет существенно отличается от книги. Чтение книги – полезное времяпрепровождение, развивающее, вряд ли чем-то заменимое, но все же однообразное, сводящееся к получению и усвоению текстовой информации. Людей, которым это занятие может заменить все остальное, не так много.

В интернете же есть и тексты, и видео, и музыка, и картинки, и общение, и возможность для творчества.

Получается, что очень многие потребности в информации, общении, развлечениях можно удовлетворить, не отходя от монитора. Поэтому детей, зависающих в интернете, гораздо больше, чем книжных домашних детей, не стремящихся к общению. У большинства этих детей есть потребность в общении, просто реальному общению они предпочитают виртуальное. Старшему поколению нужно внимательно наблюдать за подростком, чтобы лучше понимать, как следует переживать этот очередной цивилизационный сдвиг, сравнимый с изобретением книгопечатания или началом использования огня. Нужно пристально отслеживать, если появляются у подростка душевные риски для развития психики, которые могут распространяться в Интернете и транслироваться компьютерными играми.

При явной интернет-зависимости лучше обратиться за помощью к специалисту .

ПРЕОДОЛЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КРИЗИСА

Бывает, что родители чувствуют свое бессилие в каких-то моментах воспитания подростка и тогда у них возникает острое желание как можно быстрее преодолеть этот кризисный момент.

Некоторые родители, сталкиваясь с теми или иными проблемами ребенка, сразу ведут его к психиатру
Проще всего в этой ситуации привлечь какую-то внешнюю силу.
Для одних это психиатр, для других – кадетский корпус, но логика одинаковая: вместо того, чтобы выходить на диалог, переговоры, выясняя причины взаимных обид, гораздо проще применить силу в виде таблетки или военизированной структуры («Там-то из тебя сделают человека!»).
Конечно, если у ребенка есть интерес к военизированным играм, строгой структуре, ясным задачам, желание быть в команде, наверное, в кадетском корпусе ему будет интересно.

НО категорически против кадетского корпуса выступает репрессивная мера родителей, когда интересы и особенности ребенка вообще не учитываются.
В отчаянии родители решают «спихнуть» подростка в жесткую иерархическую систему — раз он отказывается подчиняться им.
В подростковом возрасте очень важно приобретать опыт партнерских отношений, а такая воспитательная мера этому не способствует.
Психиатрическая врачебная помощь очевидно необходима, НО если только речь идет о тяжелой психической патологии. В психиатрии как правило упор делается на медикаментозное лечение.
Поэтому, если психические отклонения сомнительны, лучше сначала поработать родителям и подростку вместе с психологом.

ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

В БЛАГОЧЕСТИВЫХ ВЕРУЮЩИХ СЕМЬЯХ случается, что в переходном возрасте их дети перестают ходить в церковь. Что делать?

Отвечаем:

В подростковом периоде ребенок начинает самоутверждаться, хочет быть взрослым, самостоятельным. И многие на этом этапе отвергают ценности, которые им прививали родители. Соответственно дети из верующих православных семей начинают бунтовать против Церкви и христианства как главной ценности их родителей.

Как любая сложно контролируемая ситуация, антицерковный бунт детей может привести родителей в замешательство, растерянность.

И здесь также бывают попытки решить проблему с помощью привлечения жесткой внешней структуры, в данном случае – религиозно-аскетической.

Изначальная цель такой практики – способствовать духовному росту человека, делать его жизнь богаче, интереснее, свободнее, но ревностные не по разуму родители и ее могут использовать для «воспитания» отбившегося от рук ребенка. По-человечески переживания родителей, страх за своих детей, желание уберечь их от трагических ошибок понятны.

НО! Без проверки мира на прочность и получения от этого мира обратной связи ребенок не сможет стать взрослым человеком, а на этом пути ошибки неизбежны.

У родителей всегда есть выбор: либо оказывать поддержку и наблюдать, как ребенок иногда радуется жизни, а иногда получает и негативную обратную связь, испытывая боль от своих ошибок, либо пытаться загнать его в какую-то клетку, где, скорее всего, не будет ошибок, но невозможен и творческий рост.

ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

ВЕРУЮЩИЕ РОДИТЕЛИ в растерянности: «Жесткая дисциплина, повиновение или... **Что делать?**

Отвечаем:

Бывает, что взрослые в семье верующих в переживании антицерковного бунта и из-за страха за будущее подростка пытаются силком принудить его к исповеди, либо отправить в православный лагерь с жесткой дисциплиной в надежде, что там он научится регулировать свое поведение.

Как правило, предприимчивый подросток все равно находит способ обойти сдерживающие механизмы, продолжает собственные мировоззренческие искания, осмысляет свои отношения с Богом.

Если же он не находит возможности для такого осмысления, то, бывает, жестко рвет отношения. Такие подростки либо идут на открытый конфликт, либо, что хуже, уходят в скрытую оппозицию, когда внешне они демонстрируют смирение, но при первой возможности идут в еще больший «разнос», чем их товарищи, бунтующие открыто. Любое игнорирование взрослыми потребностей подростка, в том числе и потребности в выстраивании своих смыслов, своей философии, ведет к психологическим проблемам.

Решение: *Опытные духовники советуют в таких случаях принимать подростковый бунт как свершившийся факт, не принуждать ребенка к хождению в храм, а молиться за него, уповая, что с Божьей помощью он через какое-то время сам вернется к духовной жизни. И некоторые подростки действительно возвращаются.*

ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

ВОПРОС-УТВЕРЖДЕНИЕ:

Причиной конфликтов поколений и отчуждения подростков может быть несоответствие их родительскому сценарию? ОТВЕЧАЕМ:

Люди часто составляют проект, которому должен соответствовать другой человек. Например, родители заранее знают, в чем счастье их детей. У любого нормального родителя есть какие-то представления и идеи о том, что должно получиться из его ребенка. Совсем без таких представлений воспитывать детей невозможно. Требовать от родителей стопроцентной спонтанности и радости от любого самовыражения ребенка тоже невозможно . Хорошо, что есть идеи – они задают какие-то семейные традиции.

НО! Все мы рождаемся с разными способностями, склонностями, особенностями нервной системы, и часто происходящее с ребенком не соответствует родительским ожиданиям. И если родители не хотят гибко реагировать на эту данность, возникают сложности, иногда приводящие к серьезным конфликтам.

Лучше сразу разобраться в причинах такого несоответствия. Дело может быть не только в ребенке – родителям хорошо бы понять мотивы, по которым у них сложились именно такие представления о воспитании. Ведь не секрет, что иногда первичной бывает не любовь к ребенку, а желание что-то доказать маме или подругам.

А иногда проблемное поведение подростка является следствием, реакцией на то, что происходит кризис в родительской паре. Вот и надо постараться понять, где выяснения отношений с родственниками и знакомыми, а где судьба ребенка, которая дороже всех обид и конкуренции. Здесь может помочь визит к семейному психологу с исследованием происходящих в семье событий.

ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

ВОПРОС-УТВЕРЖДЕНИЕ: *Может быть конфликт поколений , непонимание проблем возраста и как следствие отчуждение подростка связано с тем, что родители сами забыли о своем детстве , а наша информационная эпоха породила новые проблемы?*

ОТВЕЧАЕМ: *Оба фактора играют роль.*

Многое из своего детства действительно с годами забывается. Часто родители, жалуясь на ребенка, говорят, что в их детстве ничего подобного не было, а при беседе выясняется, что и конфликты с родителями у них случались, и в рискованные ситуации попадали. Вспоминая, родители сами себе удивляются. ***Мифы относительно своего прошлого, мешают наладить диалог с детьми, понять их проблемы.***

Но и контекст эпох изменился. Если много лет назад люди из поколения в поколение жили примерно одинаково, одним укладом, то сейчас цивилизационные сдвиги происходят в течение жизни одного человека.

Получается родители и дети живут буквально в разных цивилизациях – на одной территории, но способы организации жизни у них сильно отличаются.

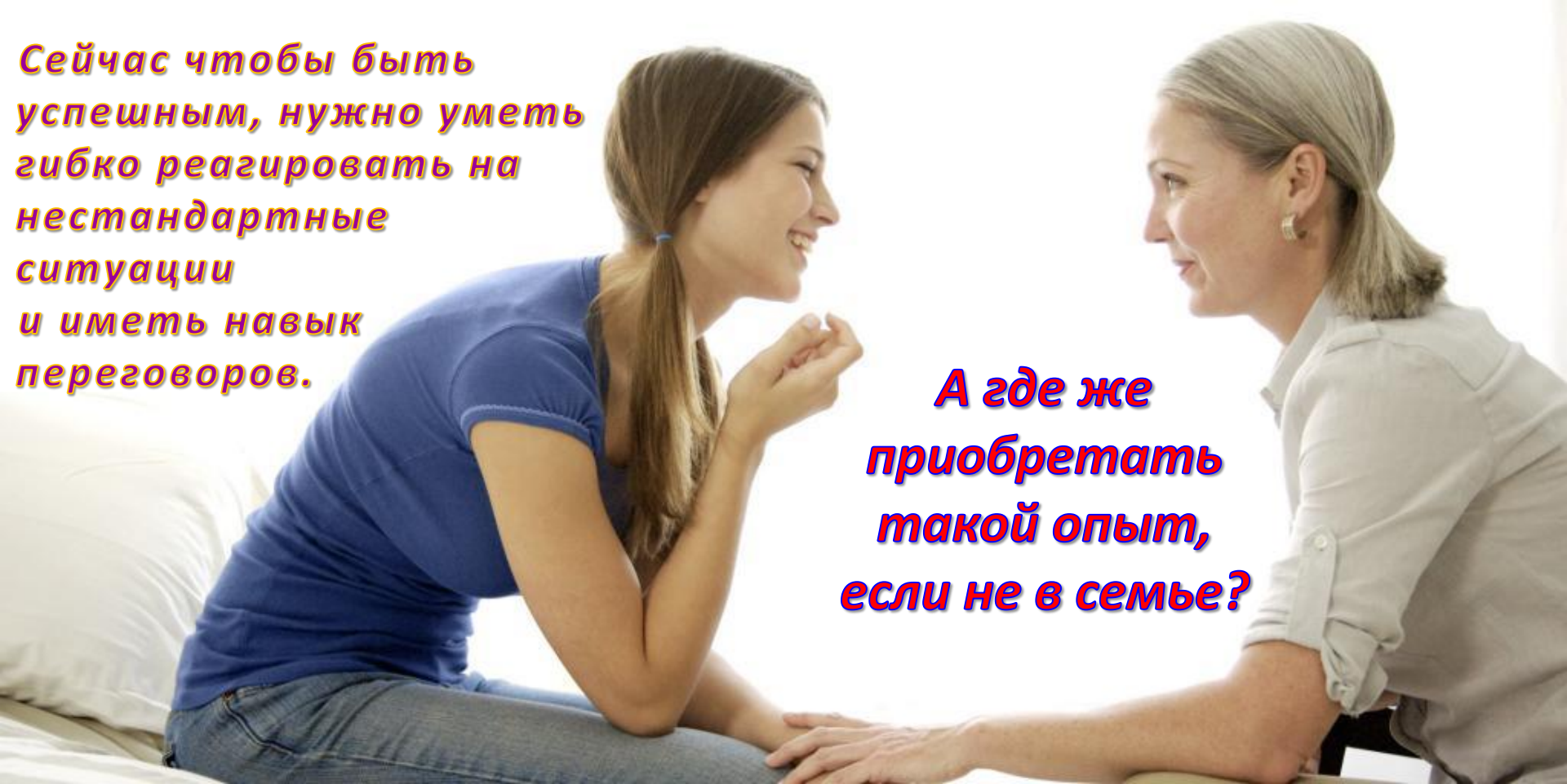
Тем не менее есть вещи, объединяющие людей из разных цивилизаций. Например, еда или поездка на море. Вещи довольно приземленные, но через них можно прийти к совместным более глубоким интересам и увлечениям. Только для того чтобы встреча поколений произошла, и от взрослых и от подростков требуются творческие усилия. В этом и есть вызов времени.

ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

Примите к сведению

Еще одна особенность нынешней эпохи состоит в том, что авторитарная система воспитания, возможно, подходила для советской цивилизации, НО если так воспитывать ребенка сегодня, ему в современном мире будет сложно.

Сейчас чтобы быть успешным, нужно уметь гибко реагировать на нестандартные ситуации и иметь навык переговоров.



А где же приобретать такой опыт, если не в семье?

Ребенок, с которым труднее всего управиться, – именно тот, которым впоследствии мы больше всего гордимся.

Миньон Маклофлин

Когда родители чутко следят за возрастными изменениями, потребностями, интересами и способностями ребенка, больше шансов, что конфликты в кризисный период будут минимизированы, а подросток будет развиваться гармонично, на радость родителям и в душевном согласии с самим собой.

Находите в каждом дне все лучшее.

Созерцайте красоту.

Концентрируйтесь на приятном.

Ищите хорошее во всем и во всех, что вокруг вас.

Цените то, что вас вдохновляет и вдохновляйте других.

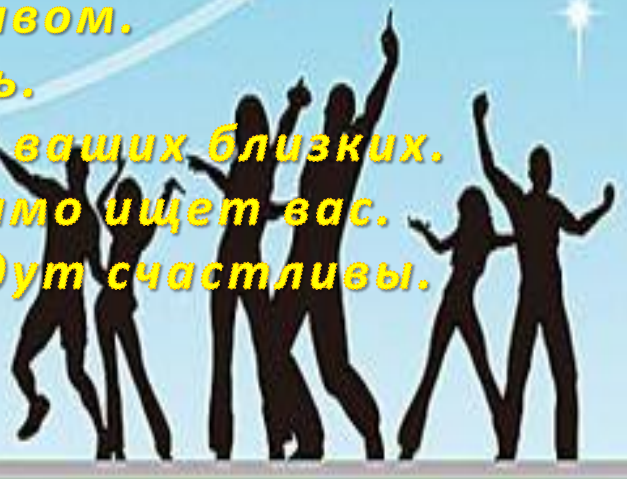
Заражайте этот мир позитивом.

Загружайте в него любовь.

Ищите то, что важно именно для вас и ваших близких.

Помните, что то, что вы ищете — само ищет вас.

И когда вы встретитесь, тогда все будут счастливы.



С наилучшими пожеланиями Макарова М.В.

Педагог-психолог ГБУДО ДШИ «Родник»