**Методические рекомендации**

**для родителей**

 **«Подросток в доме:**

**пособие по выживанию»**



**Материал подготовила:**

Ю. А. Гараева,

социальный педагог

МБОУДОД ДЮЦ «Молодёжный центр»

**октябрь 2014 г.**

Итак. Это случилось! Наш дорогой и любимый школьник подрос и превратился (о ужас!) в подростка. Он стал кусачим и колючим. Слово ему попрек ни скажи! И как нам теперь выживать под одной крышей, скажите, пожалуйста!

Мы, родители, часто требуем от наших детей-подростков слишком многого. Но давайте зададим себе несколько вопросов. Каких отношений мы хотим с нашими детьми? И как построить эти отношения?

Нам хочется, чтобы они были послушными, и в то же время отвечали за свои решения; чтобы девочки не красились, а мальчики были вежливыми. С одной стороны, мы ждем от подростков, чтобы они мотивировали себя и ставили перед собой цели, как взрослые. А с другой стороны, мы сами не даем им той свободы в принятии решений, которая свойственна взрослым.

Подростки заняты учебой в школе и материально зависят от родителей. Учителя и родители ограничивают самостоятельность подростка, и в то же время требуют освоения чувства взрослости и ответственности. Родителей можно понять. Уровень притязаний у подростков достаточно высокий. Кроме того, затраты на содержание ребенка-подростка все возрастают. Одежда и обувь того же размера, как у взрослого человека, и затраты такие же, а вот зарабатывать и содержать себя подростки пока не умеют. Хотя требования к тратам все возрастают: счета за мобильный, кафе, кино. А ведь школу теперь заканчивают в девятнадцать – двадцать лет. Как шутят сами подростки – мы будем школу заканчивать, а наши дети как раз в первый класс пойдут.

**Откуда подросток получает знания о том что можно, а чего нельзя?**

*Семья сидит за столиком в кафе. За соседним столиком сидит компания подростков и слово б… звучит раз по пять в каждом предложении. Женщина старается «выключить звук», но у нее это не очень получается. Рядом сидит сын десяти лет, у которого при каждом новом матном слове глаза загораются, и на губах появляется хитрая улыбка. После очередной фразы муж встает, подходит к компании и очень вежливо говорит: «Ребята, извините. Можно без мата – я с сыном сижу».*

К моему удивлению, ребята кивают и начинают разговаривать нормально.

*- А тебе не страшно к ним подходить, ведь их много? Почему они тебя послушали? – жена никак не может успокоиться.*

*– Ну ведь они чувствуют, что я не ругаюсь и не учу их жить,– пожимает плечами муж. – Я объяснил, почему мне не нравится их сленг.*

*– А я думала, что нам придется уйти. А что бы ты делал, если бы они не перестали? – волнуется жена.*

*– Не знаю. Не драться же с ним, – пожимает плечами муж. – А с другой стороны… Понимаешь, сейчас ведь никто подросткам замечаний не делает. Посмотри – все сидят и молчат или делают вид, что все нормально. Откуда подросткам знать, что их поведение может кому-то не нравиться. Для них это норма.*

*– Ну, папа, ты даешь… – восхищенно выдыхает сын.*

Похоже, этот пример ребенок запомнит надолго, и сам сделает из него выводы.

**Кто учит общаться наших детей?**

*– Что делать, мой ребенок хамит! – стонет мама. – На любое замечание с моей стороны, сын огрызается так, как будто я – его злейший враг. На любую попытку завести разговор, о чем он думает, он начинает кричать, чтобы его оставили в покое. Сыну нужен психолог, я уже не справляюсь!*

*– Ну почему мать меня все время дергает? – раздраженно говорит парень, смотря изподлобья. – Бывает, я уже и сам пожалел о сказаном, но не знаю, как исправить ситуацию. Хочется сказать что-то приятное, теплое, но извиняться я как-то не умею. А она сразу начинает орать или еще хуже – плакать.*

Как часто родители больше дорожат мнением психолога, друзей или знакомых, взрослых, которые даже не знают ребенка. А вот мнение собственного чада их не очень-то интересует. Родители пока не относятся к ребенку как ко взрослому. Но в то же время требуют от подростка принятия решений как от большого. Такое поведение взрослых раздражает подростков не меньше, чем агрессивное поведение подростков может раздражать родителей.

**Насколько обоснована боязнь родителей за поведение подростка?**

Взрослым часто кажется, что подростки ведут себя неадекватно. Но и мы сами часто продолжаем относиться к ним как к деткам, а не как к взрослеющим личностям.

А вот если бы родители нашли время и попросили подростка высказаться прямо, но в спокойной форме, то вероятно, они узнали бы много интересного и о себе. *Возможно, ребенок выдаст свои претензии и о родительском равнодушии, и о том, как папа наорал на него при девочке, которую он хотел пригласить в кино. О том, какую истерику мама закатила его любимой учительнице, которая привела на уроке пример из жизни на тему наркозависимости. Сыну так хотелось поделиться с кем-то потрясшей его историей, что он имел неосторожность пересказать ее маме. Мама была в ужасе и уже утром высказала все учительнице в лицо. Сын готов был сквозь землю провалиться, а мама продолжила спектакль в кабинете директора школы. После этого его рассказы о школьной жизни свелись к стандартному диалогу с родителями:*

*– Как дела в школе?*

*- Нормально!*

Как часто мы, родители, готовы помолчать и выслушать ребенка? Дать ему возможность выпустить пар и снять напряжение. Улучшать взаимоотношения – это не только возможно, но и необходимо. Пока мы, родители, не научились говорить уважительно с собственными детьми, нам, похоже, придется довольствоваться ролью «предков, которые уже замучили своими нотациями».

**Кто делает все возможное, чтобы подготовить подростков к самостоятельной жизни?**

*– Меня бесит, когда родители напоминают, что надо делать домашние задания. Я и так все знаю, а мне по сто раз повторяют одно и тоже, как маленькому. Ну меня уже вызывали на прошлом уроке. Значит, до конца семестра уже и не вызовут. А если вызовут, так я стихотворение выучу и расскажу. Так что приличную оценку в семестре мне поставят. А предки постоянно капают на мозги: «Учи английский! В жизни пригодится!» Да если бы я знал, как его учить, я бы давно выучил. У меня английский – по два раза в неделю, уже с четвертого класса. А толку-то.*

*Или постоянно жалуются на то, что я сочинения плохо пишу. Ну покажите мне парня, который их хорошо пишет! Это у девчонок получается сопли по бумаге размазывать. А я так не умею. И я не знаю, как этому можно научиться!*

Как говорится, устами младенца… Родители очень хорошо умеют требовать, а вот кто подростка научит решать проблемы? Какова основная задача родителей: наказать или подготовить к самостоятельной жизни?

Когда вы последний раз проверяли уроки у ребенка? Начиная с какого периода у ребенка начались проблемы и по какому предмету? Часто ли родители готовы ответить на эти вопросы? Кому из взрослых понравится, если нам начнут задавать вопросы: «А вам не стыдно зарабатывать шесть тысяч? А почему вы до сих пор разговариваете на русском с ошибками?» Вряд ли кому-то из взрослых понравится система двойных стандартов: от себя я не требую, а вот ты должен быть лучше чем я. Кому должен? Почему? Не все родители готовы дать ответ сразу.

**Где подростков ценят больше: в компании или в семье?**

Где подростков поучают меньше и принимают такими, какими они есть? Подростки ведут себя по-хамски, кричат и скандалят? Но ведь они не родились такими, а мы сами вырастили их. Именно в наших семьях вырастают эти дети, которые почему-то начинают нас же раздражать так сильно. Сначала родителям удобно, что дети их не трогают – смотрят телевизор или играют в компьютерные игры. А потом дети вырастают. И именно в период поиска себя, своих возможностей, период самоопределения и самореализации родители вдруг резко начинают требовать подчинения и ужесточают контроль. Подростку интересно всё, что помогает ему открыть себя, а родители нередко пытаются всячески оградить его от излишнего общения с «плохими», по их мнению, компаниями.

**Караул! Компьютерная зависимость! Что делать?**

Родителям, которые волнуются, что их чадо слишком много времени проводит перед телевизором и компьютером, стоит задать себе вопрос: «А что бы вы хотели, чтобы ваш ребенок делал вместо этого?» **Если вы не можете дать определённый ответ**, то проблема, скорее всего, в вас, и вы не знаете, чего хотите от ребёнка. Просто оставьте его в покое.

**Если ответ «уроками бы занялся!»,** то вопрос к родителям: вы серьёзно полагаете, что делать уроки так уж интересно? Конечно, можно совмещать приятное с полезным, но как это объяснить неорганизованному чаду? Никак. Если он не может и не хочет, то заставить его, скорее всего, у родителей не получится. Если же родители решают вступить на путь борьбы, решив запрещать, не давать денег и т.д., то существует опасность получить в лице собственного ребёнка врага. А такого никому не пожелаешь. И, по большому счету, такими мерами ничего добиться нельзя, кроме большой нервотрёпки для всех.

Ведь всегда можно договориться по-хорошему, может быть, ввести какую-то систему поощрений. Важно постараться объяснить свою позицию, попросить, чтобы ребенок объяснил свою.

**Хочу, чтобы ребенок занимался спортом, музыкой, танцами и ещё книжки читал!**

Уважаемые родители, возможно, вас это огорчит, но вы опоздали… С ребенком надо было заниматься с раннего детства: водить его в спортивные секции и давать возможность попробовать себя в разных видах спорта, а также почувствовать вкус победы; искать учителя музыки, который сможет заинтересовать ребенка; читать ему сказки на ночь, чтобы потом ему было интересно читать самому.

Вы могли бы задать себе вопрос: а почему взрослые сами так болезенно реагируют на поведение своих же детей? Возможно, мы видим в них наше собственное отражение. А ведь известно, что в других нас раздражают собственные недостатки. Родителям, например, часто не нравится, когда подростки требуют самостоятельности как взрослые, а ответственность за свои поступки брать не хотят.

**Почему мой ребенок на меня повышает голос?**

Если родители унижают ребенка при посторонних, делают ему замечания и повышают на него голос, то не надо удивляться, что изголодавшийся по вниманию подросток врывается в беседу взрослых, забывая о правилах приличия, перебивая собеседников, повышая голос, оскорбляя слушателя. Это значит, что у него, к сожалению, еще нет навыка общения со взрослыми людьми, готовыми искренне и доброжелательно уделить ему время и внимание. Кто учил подростка общаться со взрослыми? А почему тогда родители ждут, что ребенок сам научится этому?

Почему подростки кричат на родителей, а на преподавателя на тренировке не кричат? Потому что тренер обращается с ними уважительно и терпеливо, а родители не всегда могут сдержать свои эмоции.

Ведь мы, взрослые, не позволяем себе кричать на своих друзей или коллег по работе, а на детей голос повышаем часто.

**Так что же делать с этими ужасными подростками?**

Наверное, нам нужно просто больше их любить, и относиться к ним с уважением. У них играют гормоны и часто, молодые люди сами не могут объяснить что же их вывело из себя. Но если наша цель сохранить семью и дать нашим детям возможность реализоваться в будущем, давайте обеспечим им чувство уверенности в том, что семья – это те люди, которые будут стоять за тебя горой и примут тебя таким, какой ты есть.