

Типичные ошибки современных родителей в общении с подростками

1. Мой ребенок.

Часто родители не воспринимают ребенка как личность, у которой есть желания, мечты, права на свою точку зрения и отстаивание собственной позиции. Качество отношений между родителем и подростком зависит от того, как взрослые реагируют на перемены, происходящие в нем. Готовы ли они их принять, идти за детьми, а не только демонстрировать родительский авторитет. Часто мама/папа хотят, чтобы чадо соответствовало их желаниям и ожиданиям, определенным правилам и стандартам, и не учитывают его интересы, особенности поведения, эмоциональное развитие. Партнерско-демократические отношения, которые предусматривают доверие, уважение и ответственность обеих сторон, к сожалению, устанавливаются крайне редко. Многие родители одобряют и поддерживают позицию подростка, пока она им удобна. Но как только им становится некомфортно, они начинают борьбу, часто открыто проявляя авторитаризм и диктатуру: «Делай, как я сказал, ты должен вести себя так, как я хочу». На консультациях такие мамы/папы пытаются управлять поведением специалиста: «Вы должны ему сказать, чтобы он меня уважал, чтобы он делал так, а не иначе».

2. Постоянная критика.

Родители не видят в своем ребенке партнера, смотрят свысока, дают опытом: «Я знаю больше, поэтому то, что ты говоришь - я критикую».

Бесконечные упреки приводят к низкой самооценке и неуверенности в своих силах. А ведь подростки очень нуждаются в ободрении - это помогает двигаться дальше и легче пережить неудачи. Здоровую критику никто не отменяет, но надо различать - вы выражаете свое отношение к поступку ребенка и хотите помочь осознать неправоту или оцениваете и наказываете колкими словами? Если вы насмехаетесь над поведением, речью, внешним видом вашего чада, его друзьями, увлечениями, любимыми книгами - всем, что ему нравится, чего удивляться, если он не будет делиться с вами чувствами и переживаниями.



3. Постоянное сравнение с другими детьми.

Можно сравнивать про себя, но не стоит говорить ребенку, что другие лучше его, интереснее, воспитаннее, достигли большего и т.п. Все дети разные, у всех свои особенности развития, сильные и слабые стороны. Постоянным концентрированием на его ошибках и расхваливанием других детей вы подрываете веру в себя, унижаете достоинства подростка и разрушаете его самооценку. Это может привести к тому, что он последует за любым, кто его повалит или польстит. Любовь и поддержка родителей очень важна, особенно в столь непростой период.

4. Запрет на выражение собственных чувств.

Часто старшие повторяют: «не кричи!», «держи себя в руках», «не злись/не зли меня», «успокойся», «не раздражай меня!», «веди себя прилично», «хватит истерик», «не расстраивайся по пустякам» и так далее. Так они нивелируют его эмоции и внушают ребенку, что они не важны. Получается, что он не только не должен выражать свои чувства, но и не имеет на них право, в то время как родители позволяют себе злиться, кричать и нервничать. Дайте подростку выплеснуть накопившиеся эмоции и покажите, что как поступают в таких ситуациях взрослые - решают проблему, вызвавшую гнев, ведут конструктивный диалог, высказывают претензии в приемлемой форме. А негативные чувства снимают при помощи спорта, медитаций, творчества и т.п.

Как-то на прием пришла девушка, в семье которой полностью запрещали выражать эмоции. Она постоянно контролировала свое настроение, окружающие видели лишь ее маску - улыбчивую школьницу, у которой все всегда отлично. Итогом этого стали диссонанс и проблемы с восприятием себя, постоянное напряжение, отказ от контактов с окружающими и любимых занятий, глубокая депрессия.



5. Отсутствие правил и последовательности в воспитании.

Правила предполагают ответственность. А мы, взрослые, и сами не очень охотно ее на себя берем. Часто родители избавляют детей от обязанностей, полагая, что они еще малы. Считают, что учебы или курсов достаточно, а от бытовых дел можно их оградить, до 13-14 лет никаких правил они не соблюдают. А затем от них вдруг начинают что-то требовать. А опыта разделения ответственности, принятия решений, выбора нет. Был случай, когда мама слишком долго все делала за дочь. В результате даже в 18 лет девушка была очень не самостоятельной и каждый раз, принимая любое решение, опиралась на чье-то мнение - мамы, учителя, руководителя, коллеги и т.д. Помните - всепоглощающая любовь действует также разрушающе, как и тотальный контроль и жестокое обращение. Соблюдайте золотую середину!

6. Идеальные родители.

Часто взрослые боятся быть с детьми прямолинейными, показывать свои переживания, настоящие чувства. Однако стараясь быть идеальными, они становятся неискренними. Когда подросток осознает, что родители играют некую роль, либо в чем-то несостоятельны, не знают ответов на вопросы, не могут справиться с проблемой, то теряет к ним доверие, вплоть до полного разочарования и потери авторитета взрослого. Для ребенка важны настоящие чувства мамы и папы - лучше рядом с ним быть самим собой, открыто выражать чувства, не бояться показать, что вы тоже можете совершать ошибки и сталкиваетесь с трудностями, и это нормально.

7. Перфекционизм и реализация собственных желаний.

Все хотят, чтобы их чадо было лучше всех. Его загружают уроками, дополнительными занятиями, языками, спортом, танцами... Мама хотела быть балериной - дочь идет в балетную школу. Папа мечтал о спорте, и сын обязан побеждать на соревнованиях. Неважно, что у детей свои интересы и предпочтения, при этом пусть изволят слушаться, помогать по дому, читать больше, чем сверстники и прочее. Конечно, многие подростки начинают бунтовать - ничего не хотят делать или наперстывают то, чего были лишены. Например, бросают университет, работу - чтобы найти себя. Не забывайте - всему свое время! У ребенка должно быть детство, игры с друзьями, маленькие и большие радости, он не обязан реализовывать ваши желания. Просто помогите детям раскрыть свои особенности, склонности, интересы.



8. Катастрофическая ошибка.

Иногда родители рассматривают любой поступок ребенка, который им не нравится, или его ошибку как нечто непоправимое. Они раздувают их это до размеров глобальной катастрофы со страшными последствиями. При этом не забывают подчеркнуть, что глубоко разочарованы ребенком, он потерял их любовь, доверие и т.п. Такой размах ошибки может спровоцировать детей на саморазрушающее поведение. Помните: вы не должны создавать условия, при которых ребенок думает, что ошибка - это конец всему и выхода нет. Нужно, наоборот, показать, что совершают ошибки все, и катастрофы в этом нет. Пусть подросток сделает выводы и в будущем попробует избежать того, что к ним привело. Ну а если имеются последствия, покажите, как с ними работать, поправить положение. Самим родителям важно осознать, что только через ошибки ребенок может учиться, приобретать опыт, повзрослеть.

9. Замечания на людях.

Многие «для большего педагогического действия», чтобы подросток прочувствовал стыд и вину, делают ему замечания в присутствии одноклассников, учителей, посторонних. Но на самом деле это разрушает его. Замечаний он не слышит, зато его захлестывает обида - ведь это крайне неприятно и унижительно. Более того, в таких ситуациях родитель как бы выпячивает себя с лучшей стороны: «посмотрите, какая я хорошая мать/отец, у меня вот такие правила, и он поступил плохо, нарушив их. Я к этому не имею отношения, это он такой плохой». Ничего хорошего такие методы не приносят, а наоборот, дестабилизируют ребенка. Вдобавок все может закончиться серьезными конфликтами, отдалением сына или дочери.

10. Друзья, а не родители.

Конечно, быть ребенку другом необходимо. Однако важно и сохранять родительский авторитет. Дистанция, хоть и доверительная, должна сохраняться, ведь любое слияние-поглощение уменьшает способность оценивать друг друга, не дает родителю объективно увидеть подростка и наоборот. Не стоит забывать, что все-таки сын/дочь - еще дети. У них нет социального и эмоционального опыта. Они еще не знают, что такое безопасная свобода. Более того, не всегда могут оценить последствия своих действий и слов. В их глазах вы должны иметь уважение, авторитет и быть тем человеком, у которого есть знания и ресурсы, чтобы выйти из любой затруднительной ситуации.

Есть распространенная фраза, которая как нельзя лучше описывает процесс взаимодействия с ребенком: первые семь лет его надо любить, вторые семь - воспитывать, третьи - быть ему лучшим другом. А потом отпустить и не вмешиваться в его дела. Это хорошая стратегия.