

Ваш ребенок взрослеет: подчинить или договориться?

Газета для родителей № 17

октябрь 2015 год

«Они уверены во мне и спокойны за меня, пока я, как марионетка, подчиняюсь шевелению их пальца» - так очень часто характеризуют подростки свои отношения с родителями.



Требую самостоятельности, подросток скорее настаивает на **признании его права на самостоятельность**, чем на собственно самостоятельности, которой он может и побаиваться.

Какого ребенка, и к какому времени родитель хочет воспитать?

Какое мировоззрение вам ближе: западное или восточное? На Западе главное в воспитании - **свобода**, в том числе и свобода выбора: будем условно считать, что ребенок (подросток) самостоятельно выбирает манеру поведения, образования, родители его только финансируют, но уж по достижении 18 лет он спокойно идет и живет самостоятельно. Он готов к этому: инициативность у него развита.

На Востоке главное - **послушание**. Ребенку будет обеспечено все: беспроblemное обучение и в школе, и в ВУЗе, и приданое, и жилье, и выгодный брак, и хорошая работа. От него требуется лишь одно - беспрекословное послушание, даже подчинение воле родителя.

Чаще всего мы хотим, чтобы наши дети до 16-18 лет были **послушными**, а после **мгновенно** становились инициативными, ответственными и самостоятельными, и с легкостью шли в жизнь и сами всего добивались. Увы, это почти невозможно. Откуда у него возьмется умение добиваться и самостоятельно решать, если оно подавлялось на корню? Ответственность - это обратная сторона самостоятельности (возможность и готовность нести ответственность за последствия своего действия), а самостоятельность нужно развивать, не забывая ее и не пуская все на самотек. Правила, ограничения,

требования, запреты обязательно должны быть в жизни каждого ребенка, но их не должно быть слишком много и они должны быть гибкими. Теперь выбор за вами, родители, со всеми вытекающими отсюда решениями и последующими действиями.

Конечно, конфликты (столкновения интересов, ценностей и др.) неизбежны. Разрешить конфликт можно следующим образом:

- ✓ настоять на своем (выигрывает только родитель);
- ✓ уступить, чтобы сохранился мир в семье (выигрывает только ребенок);
- ✓ договориться (выигрывают обе стороны).

Те конфликты, которые повторяются и которые можно предвидеть (например, телевизор, дискотека), нужно решать, когда еще нет эмоционального накала - договориться заранее, научить компромиссу. Для этого существует своеобразный **«Договор»**. Этапы обсуждения договора таковы:

1. В чем собственно проблема и у кого (первое слово предоставляется ребенку: высказать свои потребности и претензии к взрослым и к ситуации /готовность к дальнейшему разговору/; высказывание своих претензий не в форме упреков «Ты», а от «Я», т.е. как мне видится эта ситуация и что я чувствую при этом).
2. Сбор предложений «Что здесь можно сделать?» (инициатива предлагается ребенку (учим его решать свои проблемы самому), а родитель старается не критиковать и не оценивать, затем добавляет свои варианты).
3. Оценка предложений и выбор наиболее приемлемого; поиск максимального компромисса.
4. Детализация (что каждый понимает под осуществлением принятого предложения).
5. Проговаривание санкций за невыполнение («Если ты не сделаешь?», «А если я?»), принятое обоими. Выполнение решения, проверка.



Наибольшим авторитетом пользуются те родители, с которыми можно говорить и договариваться, чем те, кто стучит кулаком по столу.



Теперь обратите внимание на содержание и построение ваших повседневных привычных фраз. В пункте 1 «Договора» уже упоминалось об этом. Из всех наших предложений можно условно выделить «Ты - высказывания» и «Я - высказывания». Что это такое? «Ты - высказывания» - это способ сообщения кому-либо информации о нем самом, его поведении, чертах характера и т.д., при котором создается впечатление вашей правоты и неправоты другого человека. Интонация, с которой обычно произносят «Ты», легко может вызвать раздражение или защитную реакцию у человека, к которому они обращены. Часто в этих случаях может возникнуть конфликт, который связан не столько с какой-то проблемой, сколько с отношениями людей. Примером этому может служить ситуация, в которой родитель сердится на ребенка за то, что тот оставил свою комнату неприбранной. Вместо того, чтобы попросить ребенка убрать комнату или придумать что-нибудь такое, что побуждало бы ребенка в будущем держать комнату в чистоте и порядке (это тема отдельного разговора), родитель говорит: «**Ты всегда** оставляешь в комнате грязь». Теперь конфликт уже не связан с комнатой; ребенок чувствует, что он плохой, и обижается. «Я - высказывания» - это способ сообщения кому-либо информации о ваших собственных нуждах, чувствах или оценках без оскорбления или осуждения того, к кому обращено высказывание. Вы говорите о том, чего Вы хотите, что Вам необходимо или что Вы думаете, а не о том, что следует делать или говорить другому. Вы отстаиваете свои интересы, но при этом не оказываете давления на другого человека. Таким образом, у другого не будет необходимости защищаться и, следовательно, затевать или обострять конфликт. С помощью «Я - высказывания» обсуждается поступок человека, а не его личностные качества. Например, в той же ситуации с неубранной комнатой можно было бы сказать:

«Я недовольна тем, что комната не убрана. Что можно сделать, чтобы ее убрать?» В этом случае акцент ставится на ваши чувства по поводу неубранной комнаты, и ответственность за ее уборку вы перекладываете на своего ребенка. Сравните выражения, сделанные в виде «Ты - высказывания» и «Я - высказывания», и сделайте вывод, в каком случае говорящий больше добьется того, чего он хочет, менее конфликтным способом:

«Ты - высказывание»: Ты надоедаешь мне своими вопросами.

«Я - высказывание»: Если ты спрашиваешь о чем-то, когда я занята, я чувствую раздражение, потому что я не готова уделить тебе внимание. Я была бы тебе признательна, если бы ты задавал мне вопросы в более подходящее время, например, в ...(указываемое время).

Обратите внимание при разговоре с вашим ребенком, насколько **часто** Вы задаете ему вопросы типа «Где ты был?» или «Что ты сейчас делал?» Попробуйте заменить их «Я - высказыванием»: «Я беспокоилась о тебе, поскольку ждала тебя дома к пяти часам». Преимущества тактики «Я - высказывания» очевидны.

Родителям бывает трудно поспевать за темпами развития дочери или сына, приспособливаться к меняющимся отношениям. Однако **силовой нажим** со стороны взрослых способен перевести реакцию эмансипации («я сам справлюсь, без вас») в реакцию оппозиции («я против всех ваших предложений, советов и т.п.»), в некоторых случаях - скрытую.



Ж.И.Левкович
педагог-психолог