

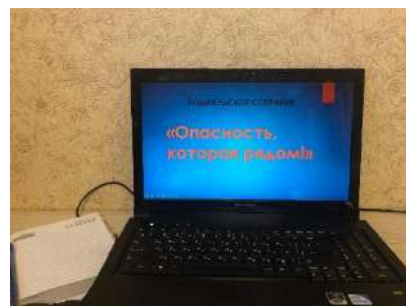
Родительское собрание

«ОПАСНОСТЬ, КОТОРАЯ РЯДОМ!»

В рамках всероссийской межведомственной комплексной оперативно-профилактической операции «Дети России - 2020» в сентябре прошла обучающая встреча для родителей 7-8-х классов (законных представителей), направленная на формирование негативного отношения к незаконному потреблению наркотических средств и психотропных веществ, пропаганду здорового образа жизни.

Педагоги-психологи провели с родителями небольшой онлайн-опрос о возрастных особенностях подросткового возраста. Вместе обозначали проблемные точки в общении с подростками. Родителям был предложен мозговой штурм «Как подростку сформировать установки на здоровый образ жизни?». В ходе мозгового штурма родители выделили основные стратегии поведения, которые помогут сформировать негативное отношения к потреблению наркотических средств и психотропных веществ, установки на здоровый образ жизни.

В завершении встречи родители пришли к пониманию того, что подростку очень нужны их поддержка, уважение, интерес и прочные границы.



Совместно разработанные рекомендации в общении с подростками:

1. Соблюдать четкость границ.

Очень важно, чтобы в ответ на «революционное» поведение ребенка, родители были сдержанны и тверды в поддержании тех порядков, которые действовали в семье до вступления их чада в подростковый возраст, но не более – **нельзя переходить границу, за которой начинается диктатура!** У ребенка должно быть право высказать свое мнение (если он сформулирует его спокойно и уважительно); организовать все в своей комнате так, как он считает нужным и удобным (если это не претит разумности); в свободное от школы время носить ту одежду, которая ему нравится; самостоятельно определяться со стрижкой, макияжем, маникюром, украшениями; а также музыкой, фильмами и книгами. Это также означает, что родители не должны будить его утром, если он не смог вовремя лечь вечером. Достаточно будильника – если ребенок не встал после звонка, он должен столкнуться с последствиями опоздания в школу.

Кроме того, за подростком должны быть закреплены некоторые обязанности по дому. За их невыполнение его следует лишить каких-то благ: посещения кинотеатра в выходные или дополнительного времени на компьютерную игру. Подросток может гулять, где хочет, поставив родителей в известность о своем местонахождении, при условии, что у него включен мобильный телефон. Если он не пришел домой к оговоренному времени, родители должны твердо настоять на его немедленном возвращении или забрать его оттуда, где он находится, несмотря на то, что ему может быть неловко из-за этого.

2. Проявлять терпение, человечность, любовь и уважение. Как бы подросток ни вел себя в текущий момент, он все равно остается для родителей родным и любимым. И ему важно всегда чувствовать это. Если он позволяет себе что-то неприемлемое, это не означает, что реакция родителей должна быть симметричной. Им следует оставаться в рамках своих

ценностей и помнить о том, что они – лучший пример для своего ребенка. Нужно сохранять спокойствие и обращаться с подростком уважительно – это будет опорой и главным ресурсом взаимоотношений.

3. Помнить о важности извинения. Как подросток, так и родители могут сгоряча сказать друг другу что-то обидное. Четыре-пять лет, в течение которых подросток переживает кризис, для всей семьи тоже являются стрессовыми, кризисными. Родители практически не успевают прийти в себя, утрачивают ощущение стабильности и безопасности. Однако их способность и готовность извиниться перед ребенком за повышенный тон, обидное слово или неправильное решение очень важны, т. к. дают ему опору: он понимает, что его видят, слышат, ценят, уважают, берегут.

4. Быть готовым к переменам. Ребенок – это воплощение перемен. То, каким он кажется родителям в подростковом возрасте, часто не совпадает даже с тем, каким он будет всего лишь через несколько месяцев. Невозможность опереться на реальность и подготовиться пугает, но понимание воодушевляет и обнадеживает: да, сейчас с ребенком очень трудно, но это не навсегда, потом будет легче, все встанет на свои места.

5. Осознать ценность диалога. Подростковый возраст проходит мягче и оставляет меньше символических и реальных ран на теле и душе ребенка, если он знает, что родители рядом и готовы поддержать его. Если они оказываются на стороне ребенка в сложной для него ситуации, это становится их родительской победой на многие и многие годы. Ребенок испуган происходящими с ним изменениями не меньше, чем его мама и папа, и остро нуждается в поддержке. Простое внимание, терпение, вовремя сказанное слово – все это очень важно. И никогда не рано поговорить с ребенком на важные темы и изложить ему родительскую позицию по вопросам случайной беременности, необходимости обучения в школе (или возможности учиться на дому, посещать занятия в интернате) и пр.

6. Проявлять настойчивость и устойчивость. Быть родителем подростка утомительно. У ребенка изначально больше сил и упорства в ситуациях, когда ему нужно «прогнуть» границы, установленные родителями. Очень важно, чтобы эти границы были гибкими, но прочными. Когда ребенок снова и снова пытается взять родителя «измором», можно сказать ему: «Хорошая попытка, сынок (доченька), но правила есть правила».

7. Быть прямолинейным в вопросах безопасности. В том, что касается безопасности, не должно быть разночтений. Время возвращения домой с прогулки, возможность ходить в гости и приглашать гостей в дом, поездки в дальние районы, проведение времени в незнакомых компаниях – все эти вопросы требуют четкого выполнения. Нарушение установленных родителями правил всегда должно сопровождаться санкциями.

8. Искать общий язык. Ритм жизни родителей может казаться подростку скучным и монотонным, их ценности восприниматься как пережиток, досуг – пустое времяпровождение. По сравнению с многообразием и хаотичностью внутренней жизни подростка жизнь взрослого человека действительно может казаться излишне упорядоченной и размеренной, но в этом столкновении двух культур все равно очень важно искать общий язык: занятия, которые доставляют удовольствие и родителю, и ребенку; общие темы для разговора; волнения и тревоги ребенка, которые он хотел бы разделить с родителем. Все это – основа для взаимного доверия.