

## ЗАДАЙТЕ ВОПРОС ПСИХОЛОГУ

Подготовили **Марина Юрьевна Ковель**, педагог-психолог  
лицея № 103 «Гармония» г. Железнодорожска Красноярского края  
и **Виктор Александрович Гуров**, заведующий лабораторией  
школьного здоровья Красноярского КИПКУППРО, кандидат  
биологических наук

*Подростковый возраст характерен определёнными особенностями в поведении и развитии детей. Мы рассмотрим эмоциональные, семейные, информационные трудности и нагрузки, которые испытывают родители или те, кто их заменяет.*

**?** Я родила очень поздно. Это мой единственный ребёнок. Дочери исполнилось 12 лет и её как подменили: до этого она была милая, послушная, ласковая, у нас никогда не было конфликтов, она училась хорошо, была усидчивая и работоспособная, а сейчас я её не понимаю, чувствую себя одинокой и не нужной ей. Она стала хуже учиться, грубит всем — отцу, мне, учителям. Раньше мы проводили очень много времени вместе, а теперь у неё одни подружки на уме...

Татьяна

Подростковый возраст у современных детей действительно протекает иногда очень резко и конфликтно, тем более, что ситуация семьи непростая. Папа, мама и дочь — люди разных поколений. И когда родители по возрасту больше ответственны бабушкам и дедушкам, ребёнок ещё острее чувствует тот дефицит детской любви, который возникает в подростковом возрасте. Мы привыка-

ем к тому, что наши дети нас считают самыми лучшими, самыми значимыми, самыми умными, и когда мы не получаем этого подтверждения от детей — нам тоже становится плохо. Нам не хватает совместного времяпрепровождения, мы понимаем теперь, что социум интересует ребёнка гораздо больше, чем родная семья. И это нормально — ребёнка мы растим для мира, а не только для себя.

Каковы особенности подросткового возраста у девочек? В их организме происходят серьёзные физиологические перемены. В исследованиях психофизиологов отмечается снижение работоспособности и повышенная утомляемость девочек-подростков. Возрастает «цена образования» для организма девочки, то есть на одну и ту же работу она тратит больше сил, чем раньше. Другой аспект — смена ведущей деятельности. Если ранее основной была учебная, то в подростковом возрасте — интимно-личностное общение. Поэтому так важны подружки и разговоры с ними по телефону. При всём нашем родительском терпении, принятии

и понимании детей надо помнить ещё и следующее — женское поведение очень трудно корректируется. Важно вовремя проговорить с девочкой о том, как выглядит её поведение, о том, что грубость и резкость никогда не были украшением настоящей женщины: во все времена главными женскими чертами были воспитанность, мягкость, женственность, доброта. Особенность этих разговоров «по душам» в том, что мы должны найти время, когда наш ребёнок готов слушать и слышать нас. Необходимо помнить — в каждом человеке живёт ребёнок. А самое дорогое для этого ребёнка — любовь и вера в него его родителей. Поддержка, принятие, понимание, участие, заинтересованность, любовь и вера в ребёнка помогут вам всем вместе пережить подростковый возраст без потерь.

**?** Мой сын стал невозможным: он ничего не делает дома, он ворует, он никого не слушается, с отцом разругался. В школе у него полный завал, пропускает уроки (правда, он много ездит со своим театральным коллективом), домашние задания почти всегда

## Задайте вопрос психологу

**не выполнены. Я в отчаянии. Мой главный вопрос — он сейчас ушёл из дома, уже второй день не ночует дома, его надо искать? Вопрос психолога: «Это у Вас приёмный ребёнок?» Удивлённый ответ мамы: «А... Вам откуда это известно?».**

В этом случае вопросов несколько, особенно к службам по усыновлению (как долго курируется эта семья). У мальчика (учащегося 8-го класса) приёмная семья, он об этом не знает, но судя по его поведению, что-то чувствует, ему плохо дома, в школе, и он сам нашёл для себя «спасательный круг» — театральную студию, где его ценят и где ему хорошо. Вот это очень важно, чтобы ребёнок в подростковом возрасте нашёл для себя «значимого взрослого», особенно если это парень. Девочкам легче. Она принимает женскую идентификацию, она, такая, как мама. Мальчику же, чтобы почувствовать себя взрослым, надо от мамы отделиться, противопоставить себя ей, у мальчиков идентификация «анти-женская». Насколько должна быть сильна эмоциональная связь между мальчиком и мамой, чтобы он только противопоставил себя маме, а не оторвался от неё совсем, как делает этот ребёнок. Своим поведением он даёт понять — мне плохо, он ворует (немножко счастья для себя), он очень эмоционален (талантливый актёр), а талантливые дети растут сложно.

Маме и папе тоже очень тяжело, они не готовы (эмоционально, лично) к этим переменам в ребёнке, они не готовы «положить на него жизнь», как это сделали бы родные родители, поэтому и закономерен вопрос

психолога на вопрос мамы «искать или не искать». Семья, по сути, формальна, не потому, что это плохие люди, нет, это уважаемые, состоявшие в профессии, но не очень подготовленные к родительству. Им трудно, они растеряны, подавлены, семье нужна помощь.

И здесь уместно поговорить о родительской позиции — в подростковом возрасте это позиции «рядом», «на равных», «мы вместе». Этого мальчика, может быть, в будущем талантливого актёра, надо просто принять родителям и как социально адаптированным личностям помочь ему:

- ликвидировать школьные долги и пробелы;
- создать условия для развития способностей;
- восстановить семейные отношения.

Пожелания, разумеется, банальны. Жизнь ребёнка-подростка ярче, многообразнее. Запомнилось, как на консультации один мальчик (Коля, 13 лет) сказал: «Иногда мои родители похожи на плохих друзей — мне хорошо и они рядом, а стоит мне что-то натворить — они уже сидят в кустах: выпутывайся мол сам!». Совместное проживание-переживание-преодоление — вот что такое позиция «мы вместе», а не просто рядом. Подростковый возраст, как и все другие периоды в жизни, пройдёт, его нельзя изменить — надо просто пережить. Семья — это «подушка безопасности» для детей. Безоценочность роди-

тельской любви даёт силы на всю оставшуюся интересную и долгую жизнь.

**? Я не знаю, что мне делать, вчера пришла с родительского собрания и проплакала весь вечер. Мой сын очень слабо учится, в основном троечки, иногда четвёрочки. В этом году нам сдавать ГИА, классный руководитель сказала, что он не сдаст. Позор на нашу семью, ужас! У моего ребёнка не будет даже нормального документа об окончании 9-го класса. Я с ним разговариваю, а он спокоен как «удав», ему всё равно — наушники в уши вставит и сидит. Как его растормошить?**

Л.П.

Трудности старшего подросткового возраста, а также и всего периода взросления, заключаются в разных индивидуальных (гендерных) особенностях ребёнка и родителя. По данным зарубежных психологов самым плохо переносимым раздражителем для мужчин является громкий визгливый женский голос. В данном случае мама очень темпераментна, говорлива и эмоциональна. У ребёнка (мальчика) всё наоборот — он молчалив, спокоен и мало эмоционален. Известный российский нейропедагог В.Д. Еремеева в одной из своих книг сформулировала правила общения с мальчиками. Главное в этих правилах — это то, что при общении с ними надо чётко и кратко излагать свои мысли, ни в коем случае не повторять одно и то же по несколько раз. Иначе мальчики нас просто перестают слушать, они «закрывают» уши от женских

эмоциональных перегрузок. Они очень зависимы от мнения о них (родителей, учителей, бабушек, дедушек и особенно сверстников), поэтому вера в них, принятие, понимание, любовь и доверие могут сделать просто чудеса. Важно «подключение взрослого ресурса» — мы взрослые имеем опыт, можем вдохновлять и вселять уверенность потому, что мы знаем, как можно выйти из этой ситуации победителем. Ещё есть время (впереди 10–11-е классы) и надо, чтобы оно работало на ситуацию, а не против неё. Ребёнок должен почувствовать успех. Для создания ситуации успеха подключайте профессиональный ресурс — консультации учителей-предметников, индивидуальные занятия, репетиторство.

Важно участие психолога. Взгляд со стороны позволит выявить возможные упущения, а доверительный разговор с профессионалом — наметить пути преодоления сложившейся ситуации.

Другой аспект этого обращения таков — здесь присутствует наш учительский, «педагогический брак». У нормальных родителей и так высокий уровень ответственности и тревожности за то, как их дети сдадут экзамены. Повышать уровень этой тревожности до состояния невротического совершенно не обязательно. В настоящее время школа и дошкольные учреждения, пожалуй, единственные государственные институты профессионально работающие с родителями. Одна из задач школы — повысить уро-

вень родительской компетентности, а это значит диагностировать, показать и предложить несколько вариантов выхода из этой ситуации. Например, ликвидация пробелов в обучении через индивидуальные занятия, работа с психологом для повышения мотивации к обучению, ознакомление учащихся с другими техниками и технологиями обучения, применение информационных технологий в подготовке к экзаменам и т.д. И тогда взаимодействие родителей и школы будет выглядеть как конструктивное взаимодействие, а не как расшатывание нервной системы и нагнетание ненужных страхов.

**Мне 13 лет, у меня такая хорошая семья, мой папа — пример для меня во всём: он добрый, внимательный, его ценят на работе, он занимается спортом, боготворит маму. В последнее время я, думая о своём будущем, всё больше и больше прихожу к мысли, что никогда не выйду замуж, не найду такого мужа, как мой папа.**

*Снежана*

*Обычно с такими тревогами обращаются девочки, отцы которых ведут асоциальный образ жизни (пьянствуют, не работают, употребляют наркотики). Конечно, отец — это очень важно для ребёнка (и для мальчика и для девочки), печально, что почти треть детей растут без отцов, но ока-*

*зывается и наличие идеального отца тоже в определённой степени стрессовый фактор для ребёнка.*

Милая девочка, как тебе повезло! Твой папа стал для тебя тем идеальным мужчиной, по которому, как по эталону, ты будешь искать своего спутника жизни. Представляешь, от какого количества ошибок в выборе спутника жизни он тебя уберег? Он показал тебе, какие личностные качества мужчины делают семью счастливой. Но всегда помни народную французскую поговорку: «За каждым великим мужчиной стоит великая женщина!». Поговори с мамой об этом, попробуй понять, что делает в семье она для того, чтобы её мужчина стал таким. Понаблюдай, как они общаются, какие слова говорят друг другу, как благодарят, как поздравляют с праздниками, какие традиции есть в вашей семье, как в ней относятся к старшему поколению, как заботятся о детях, общаются с друзьями, помогают другим людям. Попробуй понять дух родительской семьи. Когда вырастешь, тебе всё это пригодится. Обязательно найдётся мужчина, твой муж, отец ваших детей. И тебе надо тепло отношений родительской семьи обязательно сохранить в своей семье, сохранить и передать следующему поколению. Чтобы и твоя дочь растила твоих внуков в такой же атмосфере добра, любви и взаимопонимания. **НО**