

Мы говорим «дети», «мальчики», не подозревая (при всей нашей образованности не подозревая), что слова эти давно затеряли свое множественное число в несчетной россыпи единиц.

Р.М. Рильке

Каждый человек в молодости пережил эпоху «гениальности», восторженной самонадеянности, дружеских сходов и кружков... он готов толковать об обществе, о науке...такая эпоха теорий, не установленных действительностью, а потом и нежелающих применения, мечтательных и неопределенных порывов, избытка сил, которые собираются низвергнуть горы, а пока не хотят и не могут пошевелить соломинку, - такая эпоха необходимо повторяется в развитии каждого; но только тот из нас действительно заслуживает название человека, кто сумеет выйти из этого волшебного круга и пойдет далее, вперед к своей цели.

И.С. Тургенев

Быть подростком очень тяжело. Наполненный энергией, высвобожденной в физиологических сдвигах пубертата, одержимый возникшей потребностью в независимости, полный ожиданий будущих успехов в большой жизни, подросток проходит через тяжелые испытания в поисках собственного пути в новом для него мире. А если учесть при этом, что проторенных путей не бывает, можно легко понять то любопытство и тревогу, которые вызывают подростки у родителей.

С одной стороны взрослым необходимо создавать условия для развития подростков и делать это надо также заботливо как в детстве, когда с пути малыша убирались острые предметы, представляющие для него опасность. С другой стороны – нужно уважать достоинство подростков, помогать им развивать чувство правильной самооценки и давать им при необходимости полезные советы – все это способствует становлению их личной и социальной зрелости.

Родители должны понимать и внезапные перемены настроения подростка, и странные на первый взгляд увлечения, и эксцентричное поведение, и новый лексикон, и порой заведомо неудачные начинания.

Чтобы успешно пережить все приключения подросткового возраста, и родителям и подросткам нужно хорошо представлять, как выходить из критических ситуаций. Постоянно возникающие проблемы, которые необходимо решать, требуют от подростка больших усилий, порой сопряженных с риском.

Нельзя быстро и без труда разрешить все проблемы подросткового возраста. И родители, и подростки должны набраться терпения и продолжить работать, разговаривать друг с другом, любить друг друга. В этот период каждый в семье начинает по-новому видеть окружающих, все должны как бы заново познакомиться друг с другом. Пройдет ли этот этап с наименьшими потерями, зависит от того, что преобладает в семье – любовь или страх.

Американский психолог, основоположник семейного консультирования Вирджиния Сатир писала: «Если то, в чем вы ограничиваете своих детей, не является запрещенным, аморальным или слишком дорогим удовольствием, откажитесь от запретов, разрешите им делать то, что они хотят».

Каждый взрослый уже пережил подростковый возраст. В память о нем у кого-то остались шрамы, у кого-то раны еще заживают, но у всех есть собственный опыт, приобретенный методом проб и ошибок. Разницу между полезным опытом и переживаниями, оставившими глубокие шрамы, можно объяснить так. Полезный опыт появляется тогда, когда человек, полагаясь на свою мудрость, справляется с конфликтами и депрессией, берет на себя ответственность за происходящее и готов к встрече с новыми жизненными проблемами. Шрамы появляются тогда, когда дух терпит крах. Незаживающая рана свидетельствует о том, что исцеление не наступило, и она не затянулась даже тонкой кожей. Причиной тому являются тяжелые психологические и социальные условия. А ведь мы, родители, стремимся сделать все, чтобы кризис подросткового возраста прошел, не оставив у ребенка незаживающих следов.

Родители часто с тревогой ожидают приближения подросткового возраста у своих детей. Волнение вызывают и их собственные воспоминания об отрочестве, и многочисленные страшные истории о подростковом алкоголизме, наркомании, сексуальных извращениях и злом хулиганстве. Мы считаем многие темы запретными для подростков, но надо помнить, что они очень похожи на взрослых. Если взрослого во всем ограничивать, тот он, как и подросток, будет сильно страдать. Попытки сексуального контакта подростков вызваны жаждой нежности, тепла и близости, а повышенная агрессивность – результат отчаянного желания не выглядеть слабым и зависимым.

Разрешение и серьезных и пустяковых проблем зависит от того, известны ли нам подходящие алгоритмы их решений. Если мы знаем выход из ситуации – половина дела уже сделана. Чтобы снять повышенную тревожность, родителям стоит понаблюдать за подростком, узнать, какие замечательные дела совершаются руками наших детей. Ведь и ваш ребенок может быть одним из сотворцов их. Нашли ли вы время, чтобы обсудить свое отношение к тому, чем он занимается. Если нет, то сделайте это как можно скорее. И если вам нравятся какие-то его поступки, то каждый раз не забудьте сказать ему об этом. Хвалите его и в том случае, если он осознал и честно пытается исправить свои ошибки.

Большие изменения, происходящие в организме ребенка в пубертате, связаны с мощным взрывом энергии. С этой энергией надо обращаться осторожно. Она требует надежных, разумных и здоровых путей выражения. Для этого полезно заниматься спортом, делать физические упражнения, стимулирующие в свою очередь и умственный труд.

Состояние подростка можно сравнить с состоянием волнующихся, полных сил скаковых лошадей, нервно постукивающих копытами и с нетерпением ожидающих, когда же перед ними, наконец, откроются ворота. Они полны вдохновения и непременно хотят добиться победы на скачках. Взрослые, не понимая нетерпения подростков и даже не желая его понимать, усложняют их жизнь в том случае, если не помогают им найти поприще для интересных и осмысленных занятий. Подростки вовсе не чудовища и не злодеи, это обыкновенные люди, пытающиеся научиться жить в мире взрослых и не совсем уверенные в своих силах.

Взрослых больше настораживают активность и энергичность подростков. Напуганные и встревоженные родители окружают своих детей всевозможными запретами, но нужно как раз обратное. Подросткам необходимо показывать разумные пути для претворения в жизнь их энергии. При этом им нужны любовь и понимание. Например, вместо того, чтобы без конца повторять дочери, идущей на свидание: «Будь осторожней. Помни, что ты порядочная девочка», родители должны научить ее отстаивать свои интересы в зависимости от ситуации и не давать себя в обиду. Молодой человек или девушка, имеющие четко определенные позиции и взгляды, могут ответить на всевозможные родительские наставления: «Благодарю за напоминание, но мне нужно сейчас не то, о чем вы говорите, поэтому больше не надо об этом говорить».

Родители являются главными источниками знания и добра для своих детей. Для того чтобы заложить основу будущих перемен во взаимоотношениях родителей и подростков можно (нужно!) придерживаться следующего:

- Вы, родитель, должны четко изложить подростку свои страхи и опасения, чтобы он мог вас понять.
- Вы, подросток, должны честно рассказать о том, что происходит с вами, и постараться сделать так, чтобы вам поверили. Вы должны тоже сказать о своих страхах и знать, что вас выслушают без критики и осуждения.
- Вы, родитель должны показать свою готовность слушать и понимать. Понимание вовсе не означает прощения. Оно просто создает твердую основу, на которой можно строить дальнейшие отношения.
- Вы, подросток, должны объяснить родителям, что нуждаетесь в том, чтобы они выслушали вас, но давали советов, пока вы сами их не попросите об этом.
- Вы, родитель, должны понимать, что подросток вовсе не должен обязательно следовать вашим советам

Только при учете всего этого возможен осмысленный диалог между двумя равноправными людьми и в дальнейшем развитие новых, конструктивных форм поведения...