А.В. Тихомирова, В.В. Москвичев

# НЕУЖЕЛИ ТЫ УЖЕ ВЫРОС?

## методическое пособие для специалистов

Москва
ПЕРЕКРЕСТОК
2009 год

А.В. Тихомирова, В.В. Москвичев

# Неужели ты уже ВЫРОС?

**Тихомирова А.В., Москвичев В.В.**

**«Неужели ты уже вырос?»**. Методическое пособие для педагогов, социальных работников, родителей.

М., 2005.-56 с.

Методическое пособие написано в рамках проекта «Евочки», направленного на профилактику рискованного сексуального поведения, распространения ВИЧ и заболеваний, передающихся половым путем.

Проект «Евочки» осуществлен при содействии Фонда «Открытый институт здоровья населения» и при поддержке Института «Открытое общество» (Фонд Сороса) — Россия и Департамента международного развития Великобритании (Department for International Development — DFID).

При финансовой поддержке Комитета общественных связей города Москвы.

Руководитель проекта А.В. Тихомирова
© ЦПРП «ПЕРЕКРЕСТОК»
© Московский городской психолого-педагогический Университет

## *Введение*

Эту книжку мы написали для специалистов, работающих с детьми, а также для родителей, чьи дети уже не совсем дети, но еще и не взрослые. Не взрослые, но требуют, чтобы к ним относились как к взрослым, но не хотят брать на себя ответственность, желают свободы, в том числе и от обязательств. Их аргументы в спорах зачастую наивны, а иногда просто глупы и вызывают раздражение. Но нередко нам нечего возразить или сказать что-то разумное в ответ, кроме беспомощного «Я запрещаю тебе это делать!» или «Ты сделаешь, как я говорю, а потом поймешь и будешь меня благодарить!». А вдруг не будет?

Каждый родитель желает добра своему ребенку. По крайней мере, каждый из тех, кто сейчас читает эти строки. Ведь иначе, зачем еще вы это делаете? Трудность заключается в том, что чем взрослее становится наш ребенок, тем сложнее реализовывать это желание: он не понимает, что вы хотите ему добра, пытаетесь оградить от ошибок, которые, возможно, сами совершили в своей жизни. Никуда не денешься, опыт… Страшно, что подобное может случиться и с моим ребенком, а он не понимает, не верит, не слушает, а когда поймет — будет поздно.

И действительно, в мире стало гораздо больше опасностей, чем было в наше время. Наше время? С одной стороны, по сравнению с нами, они как «сыр в масле»: и компьютеры, и видео, и одежда всякая, возможности — да чего только нет, а они хотят все больше, причем только получать! Совсем, в общем, избаловались. С другой стороны, алкоголь, наркотики, насилие в СМИ, секты, группировки, проституция. Школа не воспитывает, кружки-клубы позакрывались, и наши дети остались наедине со всем этим кошмаром. А нам надо работать, в том числе, чтобы обеспечить их будущее, чтобы они образование получили, которое, того и гляди, станет повсеместно платным.

И не получается уследить, где они и с кем они. Как развлекаются, что считают отдыхом, как строят свои отношения с противоположным полом. Подумать о том, что, возможно, мой ребенок уже получил свой первый сексуальный опыт, вообще страшно. А как ему объяснить про презервативы, про то, что секс это не самое главное в жизни?

Мы все больше думаем о финансах, они тоже. Труд подростков часто находится на грани закона, а нередко ее переходит. Хочется сразу воскликнуть — «Никогда мой ребенок не станет заниматься чем-то незаконным! У нас в семье — никогда…!». Беда в том, что мы можем об этом и не узнать, и не заметить, а можем и сами подтолкнуть в пылу очередного спора, сгоряча: «Вот сам  и зарабатывай! Я на тебя работаю, а ты только возмущаться можешь!».

В этой книжке нет готовых ответов. Мы не знакомы с Вашими детьми, мы не знаем о Ваших отношениях с ними. Но мы много встречались с подростками, родителями и даже педагогами в трудных ситуациях, сталкивались с проблемами непонимания, конфликта. Мы были рядом с ребятами, которым было по-настоящему трудно. Иногда удавалось им помочь. В чем-то нам проще, чем родителям: нам нечего с ними делить, они не обязаны нам своей жизнью, а значит, не могут быть «неблагодарными». Они могут поделиться с нами многим из того, что не решаются рассказать родителям. Мы не можем их ругать и наказывать, заставлять и запрещать, но можем быть просто рядом, когда трудно, вместе искать выход, думать, понимать… И мы точно не можем заменить Вас, родителей, которые любят и прощают, злятся и обижаются, заботятся и поддерживают…. И Вы тоже можете быть рядом, когда трудно, вместе искать выход, думать, понимать… Надеемся, наш опыт пригодится и Вам.

**Глава 1.**

# Семья и подросток. Особенности подросткового возраста

Что же меняется в семье, когда ребенок неожиданно (а так и случается чаще всего) становится подростком?

Кто же это такие — подростки?

Совсем еще недавно он был ребенком, послушным и доверчивым, все рассказывал, жаловался, обращался за помощью. Если молчал, мы все равно все знали, по глазам было видно, когда что-нибудь случилось. И вдруг — не делится, скрывает, и не поймешь, что у него внутри, о чем думает. Обычный ответ на вопрос «Как дела?» — «да нормально все». Даже про то, что в школе происходит, узнаешь только от классной руководительницы, когда вызывает. А уж кто его друзья, чем он с ними занимается — вообще можно так и не узнать... Или потом, когда вырастет и за сроком давности все спишется, наконец, расскажет, и мурашки пробегут по телу: «Слава Богу, все закончилось хорошо, а ведь могло бы… Страшно подумать!». Но не всегда все проходит удачно, и мы узнаем, что наш ребенок (вернее, подросток) совсем не такой, как мы думали. И происходит это обычно совершенно неожиданно. Замечаем, что как будто стена возникла, и не заглянешь за нее. Как же вырастает эта стена, кто ее строит, нет ли в ней и наших кирпичиков? Попробуем разобраться.

- Они стремятся познать этот мир. Они хотят узнать все, любой ценой и прямо сейчас. Все — потому что не хочется ничего упустить (вдруг это самое главное в жизни?). Любой ценой — потому что пока все равно не понятно, что сколько стоит, и есть ли ценность в человеческой жизни вообще. Прямо сейчас — потому что потом они не успеют, они живут только сейчас. Будущее для них весьма абстрактно (и в этом они больше похожи на детей, чем на взрослых), они живут настоящим.
- Они хотят узнать себя, понять, на что способны, насколько ценны. Они пытаются понять и принять свое новое тело. Любая неудача, отвержение или недостаток обесценивают их в собственных глазах. Они хотят быть всем или не быть вообще.
- Несмотря на свою агрессивность, жесткость, равнодушие и «непрошибаемость», они могут быть чувствительными и ранимыми. Они способны переживать, страдать, любить, уважать, верить.
- Они хотят узнать других и научиться жить среди людей. Они показывают себя другим и стремятся найти или завоевать свое собственное место. Им нужны уважение и признание окружающих, как воздух, они готовы многое за это отдать.
- У них есть принципы и правила. Они честны перед собой и теми, кого уважают. И они уважают честность.
- Они хотят оценить и испытать на прочность этот мир, эту жизнь и себя. Они хотят понять, что важно, а что нет; построить свою жизнь, основываясь на своих ценностях и убеждениях.

Почему они такие? Что происходит с человеком в этот период? Какие поведенческие особенности подростка отражают его сущность? Вот основные характеристики подросткового возраста.

***Отношения с собой***

- Заметные физиологические изменения. Перестройка всех систем и органов. Изменение внешности. Внимание к своему телу (оно заставляет обращать на себя внимание).
- Изменение сексуального статуса. Изменение чувствительности. Появление и формирование сексуальных влечений. Новые ощущения — новое отношение к себе. Новые ощущения — это непривычно, странно, тревожно. Понимание новых возможностей и установка границ собственной сексуальности.
- Сомнение в своей ценности и адекватности.
- Ощущение необходимости строить собственное “Я”.
- Необходимость обретения навыков взаимодействия с собой и со своими чувствами, решения личностных сложностей и проблем, отстаивания своего выбора и границ.

***Отношения с миром***

- Изменения выталкивают подростка из уютной «скорлупы» детства и заставляют искать новую опору.
- Подросток начинает строить свою иерархию ценностей. Его не устраивает то, что предлагают ему взрослые: это возвращает его в тот мир, из которого он только что выбрался. Он должен проделать свою собственную работу по построению своей личности, иначе его крылья не окрепнут.
- Он разрушает все — это отказ от того, что ему преподносят «на блюдечке». Он как бы говорит нам — «Я сам, я хочу свое собственное» и отталкивает предлагаемое обществом и родителями «блюдечко».



- Первая ценность для него — свобода. Свобода в понимании подростка — возможность делать то, что он хочет.
- Он экспериментирует со всем, что его окружает и с самим собой. Это его способ познания мира.
- Ему необходимо принадлежать чему-то большему: поклоняться кумиру, желательно «бунтарю», быть приверженным какой-нибудь «альтернативной» идеологии, чувствовать себя частью чего-нибудь сильного.
- Ему в любом случае приходится овладевать навыками отношения с миром, способами реагирования на окружающую среду. Он берет те, которые оказываются доступными и не кажутся недостойными.

***Отношения к другими***

- Ориентация на сверстников. Ему нужно общение, где его воспринимают как личность, общение взрослого с взрослым, общение равных. Только так он чувствует себя достаточно ценным. Другие варианты воспринимаются как давление и вынуждают убегать дальше и дальше, разрушать больше и больше.
- Стремление принадлежать группе («металлисты», «панки», «рэпперы», «скинхеды», «кислотники» или «рэйверы», «роллеры», «толкиенисты» и многие другие). Принадлежность к некоторым группировкам определяет выбор того или иного стиля поведения и может быть фактором, способствующим формированию аддиктивного поведения.
- Проблемы в семье. Родители, как самые близкие взрослые, отвечают за всю взрослую половину человечества, и большая часть протеста против мира взрослых ложится на их плечи.

Да и самим родителям очень хочется видеть в своем ребенке не бунтаря и задиру, а полное осуществление всех своих не сбывшихся некогда чаяний.

- Попытка понять, что с другими можно, а чего нельзя. Необходимость учиться навыкам взаимодействия с другими людьми, навыкам общения, способам построения отношений и соблюдения границ.



## Глава 2.
## Социально-психологическая дезадаптация, процесс изменения социальной ситуации подростка.

Человек растет, меняется, другим становится и мир вокруг него. Ребенок еще не может ходить, и все, что выше метра, не относится к доступному миру. Но вот он поднялся на ножки, и тут родители держитесь! Его мир стал шире, приходится это учитывать, прятать вещи повыше, вводить запреты, мириться с потерями и… радоваться, что растет, ходит, развивается. А уж как расширяется мир у подростка! Школа, друзья во дворе, множество интересов и соблазнов, кино, интернет, музыка, тусовки, телевидение, журналы. Доступный мир стал шире, и семья становится лишь одной из его частей, и иногда кажется не самой главной. И далеко не все семья может контролировать. Более того, почти только то, о чем он или она захотят рассказать.

Давайте разбираться, как устроен мир вокруг нашего «малыша», который выходит в мир из круга семьи. И даже попробуем это изобразить (рис. 1).

Что же окружает подростка? Конечно, семья: где же еще можно рассказать о ссоре с другом или подругой, пожаловаться на несправедливость учителей, которые снижают оценки не за знания, а за поведение?

Школа или училище. Это то место, где дети проводят времени порой даже больше, чем в семье: там друзья-одноклассники, отношения с учителями, и, конечно, учеба. Можно без преувели-

чения говорить, что школа не только дает знания, но учит жизни в обществе. Ведь в школе, как в зеркале, находят отражение все особенности нашего общества, в том числе и его проблемы.

*Рис. 1*

Для большинства подростков важнейшей частью жизни становится общение с друзьями, при этом предпочтительно на нейтральной территории, условно говоря, во дворе, хотя, может, в подъезде, в сквере, даже на школьном крыльце. Главное — сам процесс, то, что называется «тусовкой». И, конечно, в подростковом возрасте значимыми становятся отношения между мальчиками и девочками. И не просто значимыми, а суперзначимыми. Как бы мы не возмущались, как бы не пытались отдалить первый сексуальный опыт — подросток осваивает реальность сексуальных отношений, осознает свою сексуальность, сталкивается с сексуальностью другого.

Часто, но совсем не всегда, в жизни подростка присутствуют кружки, клубы, секции или другие формы организованного досуга. У некоторых они регулярно меняются, как в калейдоскопе, — идет поиск себя; другие определились, или сами, или следуя Вашим пожеланиям; некоторые предпочли завязать с посещением



данных заведений, но возможность как таковая есть почти у каждого. И это тоже важная сфера жизни.

Если и нет организованного досуга, то уж, наверняка, есть хобби, увлечение, особый интерес к чему-то. Часто это есть даже в тех случаях, когда Вам кажется, что его или ее ничего в жизни не увлекает. Это может скрываться от взглядов взрослых как интимная часть жизни, и совсем не обязательно, что за этим стоит что-то нехорошее. Часто это страх получить неодобрение, осуждение с нашей стороны, встретиться с критическим или скептическим высказыванием. А порой подросток гордится своим увлечением, демонстрирует его. Но важно оно в любом случае.

Неизбежно вокруг каждого человека в современном мире присутствуют различные средства массовой информации (СМИ). Если не интернет, так телевидение, подростковые журналы и т.д. Часто они оказывают серьезное влияние на восприятие мира нашим ребенком, и не всегда это влияние конструктивно. Но попытки оградить его от СМИ в современном мире не только бесплодны, но и вредны. Мы можем только делиться своим восприятием мира, быть искренними, проявлять уважение к его взглядам (для чего совсем не обязательно с ними соглашаться).

Деньги являются одним из самых важных элементов в жизни практически любого современного подростка (и это его несколько отличает от подростка, жившего 20 лет назад в нашей стране). Это не значит, конечно, что все подростки «помешаны» на деньгах. Но важным становится, кто во что одет, у кого что есть, кто может позволить себе купить какую-то вещь, не советуясь с родителями.

Кстати, многие увлечения подростков тоже требуют финансовой поддержки, и далеко не всегда взрослые в состоянии это обеспечить. Да и совсем не обязаны взрослые моментально удовлетворять любую прихоть подростка.

Откуда же они берут деньги? Чаще всего, конечно, у нас, родителей. В большинстве семей подросшему ребенку выделяют деньги на «карманные расходы». Сколько — зависит от уровня благосостояния семьи. Иногда деньгами стимулируют к выполнению домашней работы или учебе. Правда, в этом случае подросток начинает воспринимать эти виды деятельности как необходимые нам, а не себе, и родитель превращается в работодателя, который и является самой заинтересованной стороной в данном вопросе: подросток учится (или не учится) для родителя, моет посуду тоже не для себя и т.д. Еще один вариант — подросток самостоятельно зарабатывает. И работа вполне может стать одним из важных шагов в сторону повышения ответственности. Сейчас, однако, на большинстве официальных работ очень сложно действительно заработать.

Значительно большие перспективы заработка возникают при неофициальной работе. На наш взгляд, важен не столько вопрос, работать подростку или нет, а его отношение к деньгам. Являются ли деньги самоцелью или средством самоутверждения, доказательства своей значимости? А может, все в мире начинает измеряться в деньгах? В зависимости от ответа на этот вопрос работа может или открыть новые возможности развития, а может резко ограничить круг интересов подростка. И чаще всего, его отношение к деньгам определяется в первую очередь отношением к деньгам внутри семьи, а лишь потом друзьями, плохой компанией, средствами массовой информации и т.д.



В окружении подростка могут быть и другие социальные институты, элементы. Окружение всегда индивидуально. И то, что составляет это окружение, характер отношений с этими элементами, определяет степень социально-психологической адаптации подростка. Чем больше элементов, тем больше выбора, чем прочнее связи, тем больше определенности и меньше тревоги. Правда, и в количестве элементов, и в прочности связей необходим некоторый баланс: слишком большое число элементов лишает возможности устанавливать прочные отношения, слишком тесные отношения препятствуют появлению новых сфер в жизни подростка, ограничивают свободу, и, в конечном итоге, препятствуют развитию. Если подростку комфортно, свободно, интересно в этом окружении, у него есть возможности для дальнейшего развития, самореализации, пробы собственных сил в различных направлениях.

*Ближайшее социальное окружение ребенка и подростка необходимо ему для удовлетворения своих потребностей в развитии, внимании других, самореализации, любви, признании.* Если элементов социального окружения много, то шансов получить необходимое внимание и признание — больше.

Далеко не всегда подростку столь комфортно в своем социальном окружении, как нам бы хотелось. Почему это происходит, и каков механизм этого явления? Конечно, в каждом случае есть свои особенности, но есть и достаточно часто встречающиеся закономерности, в какой-то мере присутствующие в жизни любого подростка.

Мы уже говорили, что, когда ребенок становится подростком, мы все меньше и меньше знаем о его жизни. Все вроде в порядке: в школу ходит, уроки, кажется, делает. Но именно в подростковом возрасте в школе возникают неожиданные

проблемы, о которых мы часто узнаем, только увидев четвертные оценки. Почему? Чаще всего, это происходит, когда мы беспокоились об учебе больше, чем наши дети, а значит, как только ослабевает наш контроль, — конец успеваемости.

И вот мы узнали… Не очень приятно: учитель звонит, или вызывает, отчитывает, как детей. Говорит, что мы не следим за своим ребенком, не проверяем домашнее задание, и явно намекает, что не слишком успешны как родители.

Что делать? Неминуем «серьезный разговор», которого так не любят подростки:

*Родитель:* ТЫ ДОЛЖЕН УЧИТЬСЯ! Как тебе не стыдно, придется мне регулярно смотреть твой дневник, я не хочу за тебя краснеть.

*Подросток:* А я что, виноват, и не красней, все исправлю, и вообще, чего на меня орете! (про себя: а училка мымра, я ей еще устрою, не знаю чего, но устрою).

*Родитель:* Нехорошо как-то получилось, обиделся, поругались перед выходными. А что еще можно было сделать? Может, теперь хоть задумается?

Задумался, стал осторожней, но «училке устроил», и не раз. Не сразу, но, конечно, попался (-лась), дошло до директора. Вот это уж действительно неприятно!

*Родитель:* Я тебя предупреждал, не понял — теперь держись! (Про себя: что же делать, надо срочно что-то предпринять, я совсем его не контролирую, буду еще проверять дневник, да и с друзьями надо разобраться.)



*Подросток:* Да они сами, да ты мне всегда не веришь, да она дура (про себя: а вы, похоже, с ней заодно…).

Похоже на «партизанскую войну» подростков против «регулярной армии» взрослых. Только армия взрослых совсем не столь регулярна, как еще 15–20 лет назад, и коммуникации страдают, и координации действий нет, не говоря уж о едином командовании. Иногда начинаются «мирные переговоры», заключаются взаимовыгодные союзы, стороны идут на уступки, признают автономию и т.д. А бывает, идут «до победного конца». Бывают ли победители, неизвестно, но потери обоих сторон неизбежны.

Вот и появляется трещина в еще недавно столь прочной связи между подростком и семьей. Да и школа не выиграла, теперь уже не до успеваемости, хоть бы не прогуливал. Раскол наметился и в «коалиции» взрослых: сомнительно, что родители с удовольствием продолжат общение со школой. А стал ли подросток победителем? Давайте снова посмотрим на рисунок 2, в котором появился «треугольник напряженности».

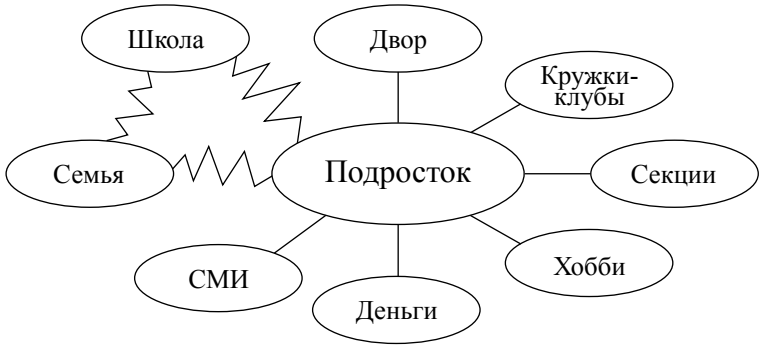



*Рис. 2*

И напряженность эта для подростка в первую очередь проявляется в том, что его потребности перестают удовлетворяться. Он не получает признания, внимания, не чувствует себя важным и нужным. Ему плохо. У него нет возможности реализовать настоящего себя.

Как же остальные стороны жизни подростка, могут ли они остаться в этой ситуации неизменными? Давайте по порядку.

*Двор:* Если среди друзей есть «хорошие мальчики и девочки», им все сложнее и сложнее станет понимать своего прежнего друга: иногда они будут сочувствовать, жалеть, в другое время — удивляться, порой — пугаться, но все это не способствует поддержанию дружеских отношений. Да и родители не одобряют такую дружбу, а «хорошие» все-таки с большим вниманием относятся к мнению родителей даже в подростковом возрасте.

*Кружки-клубы-секции:* наиболее вероятно, что актуальность других проблем вытеснит такие «респектабельные» занятия, к тому же туда ходят в основном «хорошие», а о них мы уже говорили выше. Правда, клуб или секция могут наоборот стать сверхзначимы, и подросток попытается компенсировать с их помощью все недостающие части жизни. Тоже не лучший вариант.

*Хобби:* сохранится с большей вероятностью, чем организованный досуг, но, скорее всего, — интересы станут другими, более соответствующими новым условиям. Но об этом чуть позже.

*СМИ* — от них никуда не деться, но выбор изменится наверняка, и не в сторону развивающих программ и периодических изданий.

*Деньги* становятся значительно более актуальными, ведь конфликт с родителями почти неизбежно находит свое продолжение



и в финансовом вопросе. Даже если родители не перестают давать карманные деньги (хотя чаще это выглядит так — раз не учишься, как человек, то и не получишь ни копейки или так — чтобы ты мои, честно заработанные, на сигареты и пиво тратил?).

И что же мы получаем в результате?

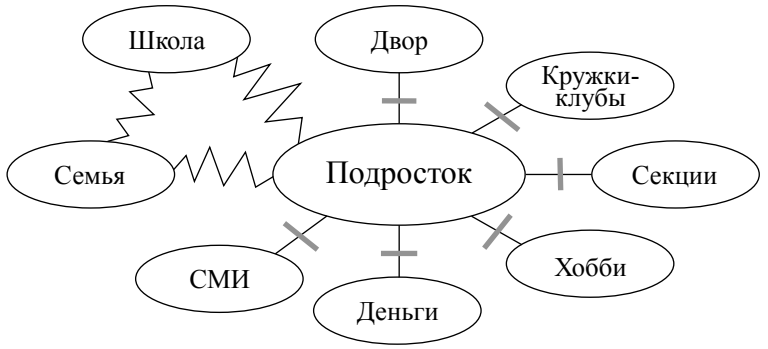



*Рис. 3. Подросток в изоляции.*

Напряжение распространяется на все связи. Хорошо, если остается место, где можно по-прежнему чувствовать себя нужным, где есть возможность как-то проявить себя — может быть, спортивная секция, компьютерный клуб, место, где он все еще успешен. Но даже если и есть такое место, то все равно дальнейшее развитие социальной жизни человека несколько однобоко, если не сказать болезненно.

Картинка, действительно, получается грустная, неуютно выглядит наш подросток в таком окружении. И, можно предположить, чувствует себя плохо. Никто доброго слова не скажет, только нотации, поучения да косые взгляды. Если даже что-то хорошее сделаешь — так кто поверит, что это не случайность и от души? А ведь так нужны уважение, признание, любовь. Хочется быть полезным, важным, и в то же самое время свободным и независимым.

Часто выход находится, только он не очень нравится взрослым, а родителям в особенности.

*Подросток:* Ну и тем лучше! Значит, я победил, пусть поволнуются! А может, они просто злятся от того, что мне хорошо, что я не пришел к ним со склоненной головой, весь виноватый?

Что же это за выход? Во-первых, новые друзья. Те, которые понимают, кто чувствовал то же самое, и, может, уже научился с этим справляться. А если нет — вместе уже не так грустно. Вот уже и образовалась та самая «сомнительная компания». Уважение — это результат побед в борьбе со взрослыми и их правилами: «Как она злилась! А сделать ничего не может, так ей и надо!». Новые друзья требуют нового поведения и новых инвестиций. Нужно доказывать, что я с ними, что я не какой-нибудь маменькин сынок. Меня уже не загонишь ужинать в 11, а захочу, и вообще не пойду домой. В нашей компании так принято. И вот уже совсем не понятно, где и с кем он проводит свое время, чем занимается, ходит ли в школу. Здесь свобода, никаких условностей и законов (по крайней мере, так сначала кажется — свои законы есть везде), от плохого настроения можно избавиться с помощью пива, а может, травки.

Новый элемент системы — психоактивные вещества. Без этого не бывает. Мы уже взрослые, и пива попить — это святое. А наркотиками нас тоже не запугать, почему бы и нет. Это зависит от того, что в данной компании принято. И, кроме всего прочего, это действительно помогает не чувствовать реальность — часто грязную и противную — выпил, и уже свободнее и проще, укололся — спокойнее и красивее, покурил — весело и легко. И уже нет плохого настроения, чувства вины, закрепощенности и страха. А разве не мы сами все детство внушали нашим малышам, что это — для



взрослых? Что только взрослые могут себе позволить настоящий праздник — с выпивкой и уж весельем так весельем. А ты, говорили мы нашим детям, дорасти сперва.... И он-таки дорос!

Таким образом, прибегая к употреблению психоактивных веществ, подросток убивает двух зайцев: с одной стороны, демонстрирует свою взрослость и «крутость», свое нежелание быть хорошим и «ботаником», с другой, — помогает себе избегать психологического напряжения, связанного со страхом, стыдом, тревогой и неуверенностью. Выпил — и увереннее вроде, и не так беспокоят мысли о расстроенных родителях.

Отдельное развлечение — отношения с милицией. Это в начале страшно, потом затягивает. К тому же внимание милиции — это тоже признание, ведь детей милиция не гоняет! Развлечения появляются новые. Отнять деньги у какого-нибудь третьеклашки, «спекульнуть» сигаретами, а то и организовать в школе криминальную группу рэкетиров (кстати, одно из самых распространенных правонарушений подростков — школьный рэкет. Организационно очень просто: не хочешь, чтобы тебя били, плати). Какой же это грабеж или разбой — мне просто деньги нужны сейчас, а он не дает, гад, так я телефон забрал и продал, ему все равно новый купят. Или просто мне такой телефон хочется. МНЕ НАДО СЕЙЧАС — разве поспоришь?

И, конечно, нужны деньги. Появление дохода, независимого от родителей, становятся весомой компенсацией за утерянные отношения и хорошим аргументом в продолжающемся конфликте (так обычно кажется подростку). Только доход этот связан с весьма рискованными видами деятельности, часто стоит на грани закона, но разве это имеет значение для подростка в данной ситуации? Ведь не может он получить необходимые ему суммы официальным

путем. И ему нужны уважение и принятие, а в новом окружении все это можно купить за деньги, скорее даже, только за деньги. Какое же уважение без больших денег?! «Вы говорили, что я ничего не могу? Вот теперь посмотрим». Конечно, деньги на дороге не валяются. Вот здесь может появиться «другой взрослый», который признает за равного, предлагает серьезные вещи, помогает найти заработок (см. рис. 4). Этот взрослый весьма отличается от тех, кто читал нотации, он знает «настоящую жизнь», которая сурова и не всегда красива, а может, и опасна. И все-таки соблазнительна. И, в конце концов, надо же доказать, что я что-то могу!

Отразим происходящие изменения на рисунке.

*Рис.4. Механизм формирования нового социального окружения подростка.*



Вокруг нашего подростка уже образовалась новая социальная среда. И, похоже, он себя там не плохо чувствует, по крайней мере, потребности основные удовлетворены, и его уже не назовешь «социально дезадаптированным».

**И это действительно страшно и опасно. Если наш подросший ребенок будет чувствовать, что не нужен нам, найдутся люди, которым он нужен, полезен, выгоден!**

## Глава 3.
## Агрессивное отношение нового социального окружения к подростку

Похоже, предыдущая глава получилась уж слишком мрачной. И надо честно сказать, что во всей ее полноте не так уж часто она встречается в реальности. НО совершенно точно, отдельные ее элементы и общая тенденция встречаются в жизни большинства современных подростков.

Но ведь бывает и так, что вроде и в семье все в порядке, не хуже, чем у других, и в школе — не из отстающих. А вот связался с «плохой компанией», и непонятно, что-то же в них нашел! И все покатилось под откос: грубит, огрызается, дома не удержишь, слова лишнего не добьешься.

Дело в том, что социальная среда не пассивна. Вот такая горючая смесь получается — агрессивная, «втягивающая» среда и неустойчивое, конфликтное внутреннее состояние подростка — действительно взрывоопасно. Все манит и привлекает, и, кажется, все доступно, только протяни руку. А у кого-то уже все есть: «У Васьки «навороченный» компьютер и он всю ночь просидел в интернете, а почему я не могу «зависнуть» в компьютерном клубе? А Наташка уже ходила в ночной клуб и танцевала до утра, я что, хуже? Но ведь не разрешат. Зато можно сказать, что переночую у подружки».

Проходя мимо газетного киоска, попробуйте увидеть его содержимое глазами ребенка. Возьмите в руки среднестатистическую газету или журнал, попробуйте оценить его с точки зрения влияния на формирование нравственных ценностей вашего подростка. Вот маленький пример — отношение ребенка к такому явлению как коммерческий секс. По данным проведенного анализа прессы, практически все печатные средства массовой информации участвуют в формировании рынка секс-услуг, печатая объявления об этих услугах и наборе девушек для «престижной и высокооплачиваемой работы». В одном «МК» ежедневно публикуется 200–300 таких объявлений. Издания, ориентированные на массового читателя, в основном смакуют пикантные подробности, связанные с проблемой проституции, даже не пытаясь обсудить возможности решения этой социальной проблемы. В более солидных изданиях, если уж говорят на эту тему, то в русле дискуссий о возможности легализации проституции в стране. Иными словами, подростки не видят и не могут увидеть особого криминала в занятиях проституцией — это, конечно, не стоит особо афишировать, но и нет особых внутренних запретов. Да и не понятно, на что запрет — на секс или на секс за деньги... Мы просто стараемся не говорить о сексе с девочками и мальчиками, не рассказываем о механизмах и структуре мира проституции, краснеем и переходим на шепот, рассказывая о сексуальном насилии...

А как мы, взрослые, рекламируем мир алкоголя и наркотиков? Про пиво можно уже не говорить, это понятно всем (хотя ничего не меняется, интересы пивоваренных компаний конечно, важнее — это большие деньги). Подростки, распивающие пиво в скверике на лавочке, — привычный городской пейзаж, радующий сердце любого пивовара. С экранов ТВ, видео и кино алкоголь — непременный атрибут нормальной взрослой жизни. Это отдых, общение, удовольствие, мужество и любовь. Дома алкоголь — атрибут радости и праздника. Хочешь праздник каждый день? Тогда и пить надо каждый день. И не надо солнца и неба

голубого — выпил и радуйся всему. А не выпил — радоваться не умею. Может так и надо, только грустно это.

Ну наркотики мы же не поддерживаем? Да уже и не надо. Наоборот. Наркотики — это атрибут альтернативной жизни, протеста и андеграунда. Мы другие, не как вы. У нас свой кайф. Своя субкультура, свое кино, своя музыка, свои кумиры. Сильный, затягивающий мир. Мир свободной, независимой, «настоящей жизни». Разве тут устоять? Особенно если делаешь первые шаги по этому миру. А серьезные взрослые с экранов телевизоров и думских трибун всерьез рассуждают о возможностях и проблемах легализации наркотических веществ. И очень много самой разнообразной и противоречивой информации: с одной стороны, ужасы и кошмары (и это подростком легко отбрасывается как информация не про него, он-то сам все контролирует), с другой, — культ наркотического ухода от опостылевшей реальности (фильмы, книги, музыка, друзья). И не то чтобы наш подросток слаб и порочен, просто давление огромно.

Еще один транслируемый с экранов идеал — сильный и вооруженный «полукриминал-полумент». Есть у него и понятие о благородстве, и женщина у него — красавица, но он не без «вооружен и очень опасен». Себя и близких своих в обиду не даст, вспомнит боевое прошлое, кого надо зарежет, кого не надо — привяжет к батарее. Вот он идеал мужества и благородства. Нет страха, человеческая жизнь — разменная монета, за деньги можно все, за справедливость и правду нужно убивать — это то, что сухим остатком остается в головах наших мальчишек... И они действительно верят в это.

Все хотят быть счастливыми! И это счастье улыбается в рекламе, поблескивает в сериалах, проезжает по улицам в дорогих иномарках. «Оно рядом, но не у меня! А так хочется. Могу ли я его получить?» — вот вопрос, не терпящий отлагательств. Мы говорим: «Учись, получай образование, работай, и, если ты способный или повезет, будет тебе счастье». Может ли его устроить такой ответ? А нам повезло (с точки зрения нашего подростка)? Если он считает, что повезло, — это очень весомый аргумент! А если нет?

*Подросток:* Тогда ждать нечего, нужно начинать сейчас, и не так, как родители. Зачем много работать и мало получать, если можно наоборот? А ведь кто-то уже зарабатывает? Кто-то получает уже сейчас большие деньги, и у него нет проблем. Может, и я смогу? Надо признать, ч**то мы живем в мире, опасная сторона которого завернута в красивую и очень привлекательную, соблазнительную бумажку**. И мы, взрослые, сами часто не можем устоять против соблазнов и легких путей решения проблем. А каково ребятам?

И, если быть до конца честными, придется признать, **что мы живем в мире, где коммерческий успех не всегда сопутствует образованию и затраченному труду**. И подростки осознают это даже более ясно, чем мы, взрослые.

И, что самое страшное, это становится очень весомым аргументом для взрослых из другого мира — тех, кому нужны тела и души наших детей.

Как вы думаете, какой доход может принести наркодиллеру один школьник, согласившийся продать несколько коробков травки своим одноклассникам? “…Один рубль, вложенный в развитие сети наркобизнеса, дает примерно 1000 рублей”. Понятно, что при такой выгоде соображения моральные, такие, как «ужасно,

когда люди становятся наркоманами, или умирают, или сидят в тюрьме», становятся неважными. Есть еще одна особенность наркобизнеса: большинство участников незаконного оборота наркотиков — молодые люди. Это происходит потому, что по существующему законодательству несовершеннолетний, не достигший 16 лет, не привлекается к уголовной ответственности за эти опасные виды правонарушения, связанные с торговлей, распространением, изготовлением и перевозкой наркотиков, чем успешно и пользуются наркодельцы, склоняя подростков к практически безнаказанной преступной деятельности. Наркопреступное сообщество исключительно заинтересовано в несовершеннолетних распространителях, так как "... взрослые торговцы не могут долго оставаться незамеченными для органов милиции. К тому же платить подросткам за услуги надо меньше ..."

Что касается проституции, то это может происходить очень тонко, постепенно. Конечно, не ходят по школам вербовщики и не уговаривают девчонок подработать немного. Сначала это может быть платой за поход в ресторан или на концерт, причем не открыто «ты мне — я тебе», а просто как само собой разумеющееся — «раз я тебя вожу, ты мне должна». Подарки, тусовки, выпивка, может быть, и наркотики. Довольно быстро привлекательная романтика взрослых развлечений приобретает опасный криминальный характер, но и выйти из этой ситуации становится все труднее.

Как девочке-подростку устоять против соблазнов, окружающих ее со всех сторон, при том что здесь ей одиноко и тревожно? И уж точно каждая девчонка знает, что путь к сцене (а разве не она предел мечтаний 13-летних красавиц?) лежит «через постель». Жутковато, но для сегодняшних девчонок это естественное свойство нашего мира, реальность, подкрепленная телевидением и нашим, взрослым, отношением к современной массовой культуре. Откуда берутся проститутки — они же были девочками с бантиками, их вовсе не для этого воспитывали и растили? Вот некоторые цитаты из рассказов работниц коммерческого секса: «..Девчонки, которые отказывались спать с клиентами агентства, на занятия для фотомоделей больше не приглашались…», «Могла ли я отказаться? — да, могла. Но это бы означало отказ от моей мечты…», «Нашей компании нужны были деньги и ребята договорились с одним своим знакомым, что я с ним пересплю, а он нам заплатит — так все и началось…».

Надеясь на лучшую жизнь и уважение сверстников, подростки совершают непоправимые поступки. Общество не спасает его, а скорее подталкивает к этому. И мы вполне можем сделать следующий вывод:

*подростки живут в мире, где рядом со сложным и неуютным «правильным» миром есть манящий и привлекательный «асоциальный» мир. И попасть в этот мир легко, как в сказке про Пиноккио, а выйти самостоятельно невозможно, нужна помощь. А как обратиться за помощью, если стыдно до ужаса, если страшно, что самые дорогие и близкие тебя не простят никогда, оттолкнут. Страх услышать фразу «Ты мне не дочь» или «Ты мне не сын» все дальше и дальше будет уводить ребенка в другую реальность.*

**Глава 4.**

# Жизнь в осажденной крепости

Мы уже говорили, что в новой социальной среде подростка уже не назовешь «социально дезадаптированным». Он вполне приспособлен, его ценят и уважают, он может заработать неплохие деньги, у него есть друзья, он видит свое будущее как вполне успешное. Он даже может чувствовать себя вполне успешным. Он лучше многих, у него много новых возможностей. И, казалось бы, нам здесь больше делать нечего. Многие даже говорят, что нужно учиться у нового поколения подростков цинизму и умению приспособиться и выстоять. Может, следует оставить их в покое, может, им так лучше?

Но давайте задумаемся о том, как они себя чувствуют на этих отвоеванных территориях. Так ли им уютно и тепло, действительно ли они горды собой и своими «успехами»? Каково им находиться в состоянии постоянной борьбы с миром родителей, ежедневно доказывать собственную правоту. Ведь многое из сломанного и совершенного было назло нам, занудным и надоевшим предкам. Предкам, которых так сейчас не хватает, особенно когда температура и насморк, и хочется чаю с малиной.

Одиночество, отсутствие поддержки, обида на весь мир, саморазрушение — и пусть им всем будет хуже. Откуда столько агрессии? От невозможности сказать, что мы им все равно нужны.

Они будут уничтожать себя для того только, чтобы мы поняли, какие они самостоятельные и достойные уважения. Они будут зарабатывать деньги любыми путями для того только, чтобы мы поняли, какие они самостоятельные и достойные уважения.



Они будут биться с нами до последнего для того только, чтобы мы поняли, какие они самостоятельные и достойные уважения.

В этой борьбе каждый из них одинок.

И ему трудно бороться с нами. И ему нужна наша помощь, потому что то, что он делает со своей жизнью, очень опасно. Заигравшись в своей борьбе с родителями, он может очутиться на тонком льду, и в какой-то момент выбраться уже не сможет.

- Очевидно, что он может подорвать свое здоровье, а иногда и рискует жизнью. Даже еще не чрезмерное, употребление алкоголя или наркотиков, беспорядочное сексуальное поведение ведут к опасным заболеваниям. Отсутствие контакта с родителями ведет к тому, что девочки вынуждены решать проблемы, связанные с венерическими заболеваниями и нежелательной беременностью, подпольным путем, они боятся обращаться к врачам, что только усиливает риск.
- Мелкое хулиганство, употребление наркотиков, участие в криминальном бизнесе неминуемо ведет к серьезным юридическим последствиям. Поскольку возраст наступления юридической ответственности наступает в 14 лет, а по некоторым правонарушениям — в 18, подростки чувствуют себя достаточно безнаказанными и все дальше и дальше уходят по криминальной лестнице. Неоднократно нам приходилось сталкиваться с подростками, небрежно машущими рукой при упоминании об уголовной ответственности: мне, мол, больше условного не дадут. Но в какой-то момент к достаточно небольшому проступку (например, нахождение в общественном месте в нетрезвом состоянии) могу присоединиться все предыдущие условные наказания,

и подросток получит «по полной» совершенно неожиданно для себя. Существующая в нашей стране система наказаний неминуемо ведет к постепенной все большей криминализации подростка: коррекционный класс — внутришкольный учет — постановка на учет в Комиссию по делам несовершеннолетних — специальная школа — специальная школа закрытого типа и т.д. Очевидно, что каждый новый шаг только укрепляет новые связи подростка (рис. 4) и «укореняет» его в криминальном мире.

- Самые незаметные, тонкие и опасные последствия — психологические. Девушка, втянутая в вынужденный или коммерческий секс, неизбежно получает огромную психологическую травму, которая, даже если она сможет изменить свою жизнь, отразится на ее отношениях с мужчинами. Кошмарные сны, невозможность нормальных сексуальных отношений, депрессия, отвращение к себе и своему телу — только часть проявления так называемого посттравматического стрессового расстройства.
- Если подросток вовлекается в криминальную деятельность, это не легче. Не долго он сможет убеждать себя в том, что продает людям радость. Человек живет с постоянным чувством вины и стыда, он проделывает огромную работу, чтобы защитить себя от этих чувств. Лучший способ — перестать чувствовать вовсе и начать ненавидеть все человечество.
- В социальной жизни подростка продолжается укрепление альтернативных социальных связей (рис. 4). Чем дальше уходит он в новую жизнь, тем труднее и стыднее ему возвращаться обратно. Старый «родительский» мир становится все более чужим и даже опасным.



- Духовный мир ребенка-подростка, еще совсем не окрепший, уже подвергается разрушениям. В его сердце поселяются обида и ненависть, он не учится уважать и любить, он не видит смысла собственного существования и не хочет отличать добро от зла. Он начинает понимать, что люди — звери, что мир подл и опасен. Ему не за что держаться, не во что верить. В его мире нет места любви. Два чувства — безумная потребность вернуться в «хороший» мир и понимание, что это уже невозможно. Человек потерялся, но очень хочет, чтобы его нашли и спасли. Да, иногда это уже невозможно. *Но пока наш подросток никуда не упал, может быть, надо что-то сделать?*

## Глава 5
## Чудесные возможности родителей

Очень не хочется, чтобы страшные стороны нашей действительности привели Вас к страшным выводам: что мы бессильны и от нас ничего не зависит. Или наоборот: что надо запереть ребенка дома или отправить в закрытую школу в г. Лондон. Нет-нет, если мы продолжаем разговор и Вы читаете эти строки, значит, все будет хорошо, потому что Вам не все равно, потому что Вы ищете выход и готовы вместе с нами пробовать, меняться и менять, расти и растить.

Давайте думать, какие есть противоядия и прививки от всех этих ужасов и кошмаров.

Во-первых — *контакт*. Контакт с ребенком или подростком как с отдельной личностью, которой вы очень нужны как отдельная личность. Как строится контакт с ребенком, как поддерживается, не объяснить в двух словах и не понять, прочитав несколько книг. Контакт с ребенком — сложный живой процесс. Построение контакта — самая трудная часть родительства. В следующей главе мы поговорим об этом подробнее, хотя все равно каждый родитель идет своим собственным, уникальным путем. И наша задача — рассказать про некоторые нюансы и особенности, а ваша — примерить к себе и взять то, что годится, и то, к чему Вы уже готовы. Но что самое важное здесь, — это понимание, что ребенок чувствует по-своему, видит по-своему и понимает все тоже по-своему. Он — другой человек с собственной жизнью. Он не объект нашей воспитательной деятельности, он наш партнер в создании условий для своего развития. Мы ему помогаем в том, что он не может сделать сам.



Второе важное противоядие — *доверие*. Доверие ребенку — его уникальности, его способностям и возможностям, его собственной жизни. Не все так будет, как Вы для него придумали, но будет так, как будет нужно для него. Жизнь меняется, времена меняются. Возможно, нам нелегко понять , что сейчас становится важным. Подросток говорит Вам ужасные вещи, он критикует все то, что ценно Вам, — доверьтесь процессу, он вернется к Вашим ценностям позже, когда перестанет биться с Вами за свою независимость.

Третье средство — *ответственность*. Не просто «Ты должен отвечать за свои поступки». Как это — отвечать за поступки? Попросить прощения или получить условный срок в качестве судебного наказания? Как помочь подростку установить границы своей ответственности? За что он уже может отвечать, — уборка, учеба, свое здоровье, выбор увлечений и друзей, помощь в воспитании младших, а за что нет — выбор увлечений, друзей, свое здоровье, учеба, уборка? Как Вы это решаете, с ним вместе или без него? Тут нельзя дать готовых ответов, например, что с 12 лет можно то, а с 13 что-то другое. С каждым ребенком по-своему, с каждым родителем тоже. Есть такое понятие — зона ближайшего развития, т.е. ребенок что-то может сам, что-то не может даже с помощью взрослых, а что-то может только вместе со взрослым. Вот это последнее и есть — зона ближайшего развития. И только так он может освоить новую деятельность,

научиться новым способам поведения. И про ответственность также. Принимая во внимание его возможности, мы можем все больше увеличивать зону его ответственности, но она не должна быть слишком большой (нет смысла вешать на 10-летнего ребенка ответственность за уборку своей комнаты, он все равно будет забывать это делать) или слишком маленькой. К 16–17 годам подросток должен понимать, что ответственность за свою жизнь и здоровье несет он сам, и если он не будет думать о своем здоровье и учебе, то получит вполне определенный результат. Если Вы не расскажете ему о сексе, наркотиках и криминальном бизнесе, то это сделает кто-то другой  и еще не известно как. Сможет ли он безопасно для себя получить первый сексуальный опыт, если не знает, что обеспечение безопасности в данном случае, — его собственная ответственность? Готовы ли Вы обсуждать эти темы со своим ребенком-подростком? Продумали ли собственную позицию по поводу того, когда можно начинать половую жизнь, с кем и как? Готовы ли Вы услышать от своего ребенка, что это все не правильно и устарело, что теперь оставаться старой девой в 16 лет просто неприлично? И что покурить травку — это необходимо, если не хочешь быть белой вороной. Какие у Вас есть аргументы, по поводу того, что напиваться до беспамятства нельзя (или есть другое мнение?) и где граница?

Ваша аргументированная позиция, а не позиция страуса — вот то, что необходимо для разговора с подростком о его ответственности за собственную жизнь. Не готовы сами — это вполне нормально. Можно попросить близких друзей или специально обученных психологов.

Важно, чтобы Вы также придумали, как решать финансовые проблемы подростка. Мы еще в самом начале (схема 1)



писали о том, как важно, чтобы у подростка были собственные деньги. Но на каких условиях Вы даете ребенку деньги на «карманные» расходы? Собираетесь ли Вы следить, на что он их тратит? Было бы здорово, если бы Вы помогли ему найти возможность для заработка, только не стоит платить деньги за мытье посуды дома. А вот попросить друга заплатить ему за мытье машины или уборку в гараже, или пусть посидит с соседским малышом (даже если Вы сами дадите соседке на это деньги, взяв с нее клятву о неразглашении) — это возможность подростку почувствовать себя взрослым и полезным. Интересное наблюдение человечества: первые заработанные деньги дети обычно тратят на нужные вещи и подарки родителям, в отличие от «карманных», которые спускаются на ерунду и никак не копятся.

Вам также есть смысл решить абсолютно не решаемый философский вопрос: зачем Вы так долго и нудно учились, чтобы зарабатывать так мало денег? А если вдруг Вы зарабатываете достаточно, все равно объясните, зачем так много вкалывать, если все может быть гораздо проще? Вам просто необходимо найти собственные слова про смысл и интересность вашей работы и про то, почему Вы не воруете, не продаете и не употребляете наркотики и не занимаетесь секс-бизнесом. Ваш ребенок может вполне правомерно не захотеть повторять ваш долгий путь к маленькой зарплате. Насколько Вы готовы принять его позицию, его намерение зарабатывать деньги ради денег и отсутствие намерения приносить пользу обществу?

Вот как схематически можно изобразить воспитательный процесс, если в основу мы кладем построение контакта с ребенком,

как отдельной личностью, и цель наша — постепенная передача ему ответственности за свою жизнь.

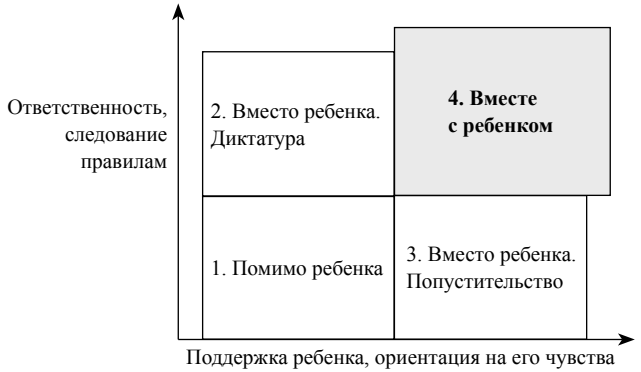



*Рис. 5. Что стоит за нашими воспитательными воздействиями.*

1. Чувства ребенка не принимаются во внимание, но и ответственность на нем не лежит. Наплевательский и равнодушный подход.
2. К ребенку предъявляются слишком высокие требования, при этом он не получает поддержки и внимания к своим чувствам. Диктаторский, авторитарный подход. Его позиция и потребности не учитываются. Взрослый считает, что знает, как для ребенка лучше.
3. Учитываются потребности и чувства ребенка, ему оказывается поддержка. Но он не несет ответственности за свою жизнь, он не учится решать свои проблемы, сам взрослый решает, что ребенку так лучше, он оберегает его. Процесс социальной инвалидизации. Очень часто, к сожалению, встречается в практике социальной работы с детьми, приписанными к социально-незащищенной категории — сироты, инвалиды.
4. Принимаются во внимание потребности и чувства ребенка, но взрослый также достаточно твердо придерживается правил и отдает ребенку ответственность за их соблюдение. Единственная возможность сохранять баланс принятия и твердости, любви и ответственности.



## Глава 6
## Что делать, если все уже не очень хорошо?

Для начала попробуйте взглянуть на свои отношения с подростком чуть-чуть по-другому, попробуйте за его поведением увидеть причины, понять, что ему нужно на самом деле.

Потренируйтесь на себе — напишите на листочке что-то, что вам не нравится в себе. Например, тревожность, или раздражительность. И попробуйте, глядя на листочек, задать себе вопросы. Лучше, конечно, найти кого-то, кто поможет эти вопросы задавать и не даст увильнуть. Вопросы такие: в чем это проявляется (в каком поведении) и что это дает, какая потребность за этим стоит. Очень важно отвечать на эти вопросы по очереди: сначала как можно более подробно описать все поведенческие, внешние проявления выбранного качества и только после этого искать ответ на второй вопрос. Второе условие — отвечать именно на эти вопросы, не пытаясь их переформулировать. Например, тревожность проявляется в том, что я хочу знать, кто, что и где делает, кто, когда придет, требую, чтобы мне подробно обо всем рассказали, звоню 10 раз по мобильному телефону, выясняю все возможное о друзьях и подругах. Что это дает? Первое, что приходит в голову: я чувствую себя спокойней, т.е. за моей тревожностью стоит потребность в спокойствии. Если не остановиться, пойти чуть дальше, — я освобождаюсь от страха, что с ним что-то случится, а я буду виноват(а), сейчас я сделал(а) все от меня зависящее. На первый взгляд, довольно банально и очевидно. Но уверяем Вас (да и на себе пробовали не раз), что, потренировавшись так, вы сможете под другим углом рассмотреть и поступки Вашего ребенка.

*Он делает вид, что Вы совсем не нужны ему, но это не так.* Ему очень нужны ваша любовь, принятие и поддержка. Он еще ребенок, он хочет Вашего внимания и тепла, но он уже и взрослый, и ему важно Ваше признание и уважение. Ему необходимо знать, что в этой жизни есть кто-то, кто любит и ждет его, беспокоится о нем.

Он просто не хочет за это платить так дорого — своей независимостью и свободой. Он не хочет платить за это собой, и он в этом прав. Он не хочет рушить с таким трудом возведенные стены своей крепости и капитулировать, хотя там трудно и холодно. Он хочет иметь возможность выходить из него, греться и получать помощь без риска быть связанным и лишенным возможности остаться независимым.

*Вам непременно нужно помнить, что есть вещи, которые Вы не можете сделать вместо своего ребенка*. Помните схему 5?

Вы не можете прожить жизнь за него, Вы не можете изменить его в нужном Вам направлении и заставить быть другим, Вы не можете контролировать его жизнь и управлять ей. Вы не можете заставить его открыться и быть откровенным, Вы не можете заставить его хотеть или не хотеть, чувствовать благодарность или отвращение. Вы не можете заставить его принять Вашу помощь или помогать Вам. Вы не можете заставить его услышать и понять Вас.

*Если Вы смогли сделать что-то из этого списка — значит, Вы сломали крепость и заставили его капитулировать. Не известно, найдутся ли у него силы вновь отстроить стены и прорыть ров, но если да, они будут вдвое мощней и хитрей.*



Один человек может привести лошадь к водопою, но даже сотня не смогут заставить ее пить.

Ну что ж, в чем тогда наша роль, что мы как родители можем сделать для нашего ребенка, чтобы он не сломал свою жизнь? Как помочь ему вовремя остановиться и не продать свою душу?

Вы можете быть рядом, не переходя границ. Конечно, трудно себя удержать от уборки в его комнате, на его столе, в его сумке, карманах, в его душе… А где, по-Вашему, стоит остановиться?

Вы можете быть открыты для диалога. НЕ для монолога о том, как надо, а именно для прояснения позиций и интересов, для достижения договоренностей. Вы можете проводить переговоры и устанавливать экономические отношения, даже заключать контракт про взаимные обязательства. Можно привлечь специалистов (мы же, когда заключаем контракты друг с другом, привлекаем специалистов), и для подростка это будет вполне уважительно, а не так: «Пусть психолог с тобой что-нибудь сделает, поговори с ним».

Вы можете быть готовы помочь, если понадобится помощь. И подросток должен знать об этом заранее, пока еще не случилось ничего. Он должен быть уверен, что Вы на его стороне. А когда он впервые конфликтовал с учителями, на чьей Вы были стороне? Вы больше ругались или пытались понять, как помочь ему исправить оценку или наладить отношения с учителем?

Вы можете быть честным — признавать свои ошибки и говорить о своих трудностях. Рассказывать о своем опыте и говорить о том, чего Вы боитесь.

Вы можете положить на его стол брошюрки с информацией об подстерегающих опасностях, с нужными телефонами и адресами. Пусть будут, даже если говорить об этом Вы с ним пока не готовы.

Вы можете подавать пример здорового образа жизни: заниматься спортом, ходить в бассейн, в кино и театры, в общем, жить не скучно. Самое сложное — это чтобы рядом с Вами и подростку было интересно.

Рядом с Вами может быть тепло и безопасно. Всем же хочется идти домой, зная, что тебя ждут. Там мамины руки, привычные запахи и поцелуй в лоб, абажур над столом. Это не то, что постоянно осознается, но то, что всегда вспоминается, когда плохо и холодно, это то, что становится поддержкой в трудные периоды жизни. Если это было хотя бы в детстве, то потом проще верить, что все будет хорошо, даже если попал в неприятную историю.

Вы можете отдать ему ответственность за его жизнь — звучит просто. А как же ее отдать, если он Ваш собственный. Лучше, конечно, посыпать его уменьшительным порошком, положить в карман и носить с собой :)). Вы можете не набрасываться на него с расспросами и советами (т.е. не пытаться контролировать его жизнь, как только он попробует выйти из своего убежища — панциря). Вы можете заботиться о нем ровно настолько, насколько хотите, но не требовать ответной благодарности. Вы можете обратиться за помощью к специалистам и сказать ему об этом: для него это будет знаком, что Вы действительно переживаете по поводу того, что происходит в вашей семье.



*А ещё Вы можете очень многое сделать для себя*.

Во-первых, Вы тоже имеете право на существование, *вы тоже человек*, который может быть счастливым.

Во-вторых, *только если Вы будете заниматься благоустройством собственной крепости, вы перестанете быть опасным соседом*. А если Вы там еще и порядок наведете, и в вашем хозяйстве будет тепло, уютно и интересно, будет ради чего снимать оборону и устанавливать дипломатические отношения.

Иными словами, несмотря ни на что:

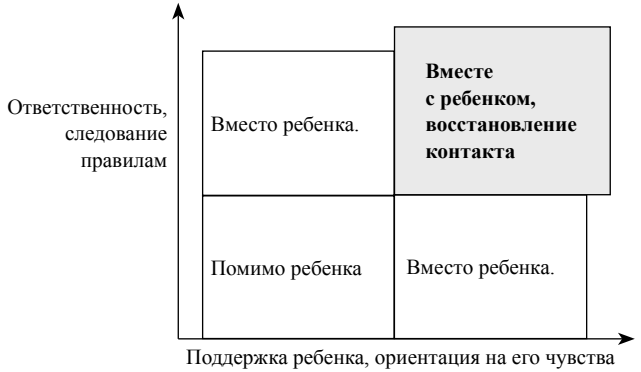
- Вы можете  и должны заниматься своим здоровьем;
- Вы можете и должны заниматься любимыми делами, спортом;
- Вы можете ходить на группы для родителей (тренинги родительской компетенции, группы взаимоподдержки);
- Вы можете обращаться за помощью к специалистам;
- Вы можете общаться со своими друзьями;
- Вы можете жить активной и интересной жизнью;
- Вы можете научиться быть счастливым (и сразу перестанете быть опасным);
- Вы можете радоваться тому, что есть небо и солнце;
- Вы имеете право на собственную крепость;
- Вы можете искать и надеяться.

Родителям очень трудно бывает понять, что их ребенок — отдельная личность, рядом с которой нужно научиться жить. Они так привыкли хозяйничать на его территории, пока он был маленьким и удобным, что колючки и заборы подрост-

ка воспринимаются как неожиданное и досадное недоразумение, с которым нужно бороться, причем бросить на это все свои силы и энергию.

*Помните, пока Вы отвечаете и боретесь за его жизнь и не обращаете внимания на СВОЮ, он также не научится обращать внимание и брать ответственность за СВОЮ жизнь.*

И, наконец, если кратко ответить на вопрос, что делать, если все уже не очень хорошо, уместно привести немного измененный рисунок 5.




Если произошло что-то, что показало нам, что наш ребенок попал в ситуацию, где ему трудно и сложно, а мы ничего не можем с этим сделать, то нужно возвращаться в самое начало и восстанавливать разрушенные отношения и контакт, доверие и разбираться с границами ответственности. Такой подход к решению проблем называют «восстановительным»[1].

[1] «Восстановительный» — термин пришел в социальную и психологическую работу из правосудия. Восстановительным называют альтернативный карательному подход к реагированию на совершенное правонарушение. В его основе — принятие правонарушителем ответственности за содеянное и заглаживание нанесенного вреда



## Глава 7.
## Какие трудности нас ждут

Конечно, это не просто — взять и изменить свои отношения с ребенком. Да сразу и не возможно. Это трудный возвратно-поступательный процесс, со взлетами и падениями, удачами и разочарованиями. Сложно в первую очередь потому, что есть привычные и удобные способы поведения, проверенные поколениями. Так было всегда, так вели себя с нами наши родители. И вроде выросли не такими уж плохими. Не особо счастливыми, это да, но ведь не в тюрьме и не на панели. И даже если не все получается с ребенком, но ведь все равно стараешься, делаешь все, что от тебя зависит, и совесть чиста.

Но если все-таки Вы решите изменить свои взаимоотношения с ребенком, сделать так, чтобы именно ваши отношения были для него конструктивной основой для построения отношений со своей жизнью, то не избежать вам проблем и также и счастливых моментов контакта с вашим «малышом». Про некоторые проблемы мы готовы написать сейчас, но это, наверняка, не весь перечень возможных ситуаций.

| Что иногда случается | Что иногда помогает |
|---|---|
| Ребенок может не поверить в резкие изменения и начнет проверять Вас на прочность, вести себя еще хуже, рассказывать страшные истории. | Последовательность, еще раз последовательность и открытость:<br>«Мне сложно, но я хочу изменить наши отношения, я беспокоюсь за тебя». |

| | |
|---|---|
| Перегибы — можно перепутать доверие и «невключенность», т.е. можно отстраниться вообще, плюнуть: пусть все идет, как идет, раз от меня ничего не зависит. Хотя, как правило, это бывает такое показное безразличие, за которым стоят огромное напряжение и тревога. | Нельзя забывать, что ребенку важно чувствовать Ваши заинтересованность, внимание, принятие. Если Вы отпускаете ребенка и волнуетесь, нет смысла делать вид, что не волнуетесь — стоит поговорить с ним об этом. Может быть, вместе удастся придумать, как снизить Вашу тревогу, не ограничив свободы его передвижений. |
| Страшно перестать контролировать, что-то может случиться (хотя, на самом деле, и так особо ничего не контролируешь). | Этот ужасный момент принятия решения — да, я отпускаю тебя и надеюсь, что у тебя хватит мозгов позаботится о себе. Стоит поделиться с кем-то из близких - супругом, друзьями. Может, даже побыть с кем-нибудь рядом, когда Вы знаете, что ребенок впервые едет один в метро или идет в ночной клуб. Правда, это очень тревожно, пусть уж Вас подержат за руку. |
| Очень легко отказаться от попыток меняться, потому что может случиться то, с чем трудно и страшно. Очевидная непоследовательность собственных действий. | Сразу все не может измениться. Более того, даже если Вы с самого начала все делаете правильно, никто не гарантирует вам безоблачного счастья. Да, случиться может всякое, но Ваши последовательность и стабильность — большой ресурс для ребенка. Попробуйте договориться с собой о сроках: например, решите, что вы будете вести себя определенным образом 3 месяца, а потом сядете и проанализируете, что изменилось, что нет, и примите решение о дальнейших действиях. |
| [2] | |
| | |

[2] Здесь и далее заполните сами , в чем Ваши трудности и какой Вы нашли выход. Бесспорно, это поможет и Вам, и Вашим детям и нам.



## Глава 8
## Не для всех или чудесные возможности специалистов.

Это глава для тех, кто, не смотря на все вышеперечисленные трудности освоения новых отношений с подростком, все- таки решился на изменения своей жизни. И, естественно, вам понадобится помощь.

В этой главе мы решили в основном рассказать про работу *психолога*. Хочется, чтобы родители знали, что можно ждать от психолога, а что нет, где он может быть полезен, а где стоит обратиться к другому специалисту.

В сложных ситуациях (а с подростком простых не бывает, это мы уже поняли) хорошо бы, чтобы кто-нибудь все объяснил, разложил по полочкам, сказал что делать. А еще хорошо бы, чтобы поддержал, да еще с этим самым подростком сделал что-нибудь волшебное. Сколько раз к нам приходили мамы-папы и говорили — сделайте с ним что-нибудь. ОН был такой милый, все было так хорошо и вот, поломался. Почините, ладно?

Не бывает так. Без вашего участия невозможно «починить» вашего ребенка. Можно даже более жестко ответить — у кого запрос, кто видит проблему, с тем психолог и работает. Да часто родители обижаются и уходят. Трудно бывает объяснить, почему мы не беремся за работу с подростком, который совсем не хочет, чтобы с ним работали. Но не отчаивайтесь, работа с родителями бывает очень благодарной и действительно меняет отношения в семье.

Так вот, не стоит ждать от психолога понятных советов и воздействия на вашего неподатливого подростка. Он будет работать с вами, вашими чувствами и отношениями. Не удивляйтесь, не пугайтесь и не злитесь — действительно только так можно помочь установить контакт с ребенком.

Еще бывает такой специалист — *психотерапевт*. Чем психолог отличается от психотерапевта? Формально — психотерапевт это врач. Психолог может заниматься психокоррекцией, врач-психиатр — психотерапией. Но в нашей стране, многие психологи получают дополнительное (как правило, не государственное образование) и становятся психотерапевтами. Вы вполне можете поинтересоваться у вашего психолога или психотерапевта его образованием и опытом.

А еще бывает — *психиатр*. Вот это совсем другое дело — это врач. Он лечит человека лекарствами (хотя вполне может применять и психотерапевтические техники). Основное отличие — он делает что-то с вами практически без вашего осознанного участия. А иногда ведь так хочется именно этого, чтобы со мной или моим ребенком что-нибудь чудодейственное сделали. В случае поломанной ноги или бронхита — нет проблем, но если речь идет об отношениях человека с другими людьми, с собой, с обществом — лучше все-таки попробовать самому. Так что, если вы не хотите чтобы с вашей жизнью сделали что-то, на что вы повлиять не можете, — подождите к нему ходить, еще успеете. Не спешите сразу решать проблемы подросткового возраста таблетками.

В то же время психиатр может помочь снять негативные проявления эмоционального состояния, которые делают невозможным конструктивный контакт и создать адекватный эмоциональный фон для дальнейшего самостоятельного решения ситуации. В случае наличия эндогенного, т.е. вызванного нарушениями в организме, психического заболевания психиатр может помогать человеку сохранять более адекватные отношения с миром. Психиатр может помочь психологу сделать пациента адекватным для психологической работы. Но это в особо трудных ситуациях, если психолог считает что так лучше.



*Невропатолог*, или невролог, — врач, который может помочь вам увидеть связь физиологического состояния нервной системы вашего подростка с его поведенческими проявлениями или с его особенными состояниями: например, головные боли, невозможность сосредоточится или постоянное нервное возбуждение, нарушения сна могут быть связанны с особенностями функционирования его нервной системы. Но опять же, невролог вам предложит медикаментозные способы реагирования на проблему, а возможно, сначала стоит попробовать подкорректировать ситуацию психологическими техниками, не врываясь без крайней необходимости в нейрохимический баланс организма подростка. Чтобы не получилось «из пушек по воробьям»...

Врач *нарколог* — фигура в системе помощи очень спорная. Вполне возможно вам придется столкнуться с ним, если ваш подросток окажется пойманным в ситуации, связанной с употреблением алкоголя или наркотиков. Подростковые наркологи люди очень противоречивые — они в один голос говорят о бессмысленности собственных действий в решении проблем употребления подростками психоактивных веществ, но на учет ставят легко. Основная их функция — контролировать употребление. Подросток, единожды попавшийся, должен периодически ходить «отмечаться» (как и в милицию) и говорить, что теперь вообще «ни капли», и через год он будет с учета снят. В противном

случае, будет стоять дольше, и это ему припомнят в случае новых проступков или при получении разрешения на ношение оружия, или на работу в ФСБ.

Сейчас в нашей стране активно приживаются такие специалисты как *социальный работник или социальный педагог*. Это люди, которые помогают своему клиенту строить отношения с обществом, помогают разобраться в своих социальных проблемах, сопровождают взрослых и детей в их трудном диалоге с социальными институтами и структурами. У них можно узнать какие ресурсы помощи есть в вашем районе, где какие центры.

Получить информацию о существующей системе помощи можно в школе, по телефонам доверия, в поликлинике.

К любому специалисту вы можете попасть по собственному решению и по направлению других специалистов.  Со

Помните, что это дело добровольное. Вас никто не может заставить «лечиться» у психолога или психиатра. В школе вашего ребенка могут направить проходить психолого-медико- педагогическую комиссию (ПМПК) или обследование в психиатрической больнице, чтобы определить, может ли ваш ребенок в этой школе учиться. Обратите внимание, что это ваш выбор, вы имеете право не проходить комиссию и отказаться от любого обследования (и продолжать учиться в той же школе). Если вашему ребенку еще нет 14 лет — его не могут отправить ни к одному специалисту без вашего согласия.

Но Вас с ребенком могут заставить пойти к наркологу в том случае, если ребенок оказался замешан в противоправных действиях, связанных с употреблением психоактивных веществ.

Важно понимать, что могут возникнуть ситуации, в которых *вы обязаны* обратиться к специалистам: если ваш ребенок по-



пал в стрессовую ситуацию, стал жертвой насилия или правонарушения, сам стал правонарушителем, в случае беременности, отсутствия контакта со сверстниками, злоупотребления психоактивными веществами, в случае попыток покончить с собой. К сожалению, родители почему-то довольно часто считают, что могут сами разобраться с подобными проблемами. Может они-то и разберутся сами, а вот как потом детям с этим жить.....

*Итак, что же делает психолог или психотерапевт*.

Сначала он будет помогать вам определиться, зачем вы к нему пришли, и что же хотите получить. Он задает вопросы. Много вопросов. Это основная его работа. Еще он может попросить вас почувствовать себя в чьей-нибудь роли, и попересаживаться со стула на стул, задавать вопросы самому себе. Он может попросить вас порисовать, сочинить сказку или рассказать свой сон. Все это странно, иногда кажется, что у него не все дома, но порой удается прикоснуться к чему-то очень важному внутри самого себя. В экстренной ситуации психолог может помочь снять стрессовое состояние, направить к другим специалистам или, в случае необходимости, посоветовать стационарную реабилитационную помощь.

*Сопротивление*

Вам может казаться, что все, что делает психолог, бессмысленно. Скорее всего, через пару занятий, вас начнут раздражать действия психолога или психотерапевта, вы будете опаздывать и пропускать встречи — это нормально. Это даже называют специальным словом «сопротивление». Еще бы — столько вопросов, и совсем нет ответов. Задача грамотного психолога — помочь вам самому увидеть ответ на ваш вопрос. Только тогда вы сможете им воспользоваться: ведь это ваш ответ, выплывший из глубин ваших

ресурсов. А сопротивление считается у психотерапевтом важным показателем правильно выбранного пути работы.

*Тестирование*

Психолог может провести для вас «психодиагностику», т.е. психологическое тестирование, которое поможет ему и вам более ясно и четко увидеть личностные особенности. Он может рассказать вам о результатах тестирования, может рассказать только вашему ребенку, может не рассказывать вообще, а учесть это в дальнейшей работе с вами — вам стоит заранее это обсудить. Психодиагностикой вряд ли будет заниматься психотерапевт — он будет работать с проблемой, с которой вы к нему обратились.

*Конфиденциальность информации*

И психолог, и психотерапевт должны соблюдать этические требования к своей работе, в частности, сохранять «тайну исповеди», т.е. информация, сообщаемая ему, остается конфиденциальной. Исключение составляет информация о готовящихся или происходящих действиях, причиняющих физический и психический вред (насилие) другим людям. Довольно сложно в этом отношении обстоит дело с обследованиями в медико-психологических комиссиях, и этот вопрос вам стоит обсудить заранее, прежде чем полностью раскрываться перед психологом, состоящим на такой «государственной» службе.

*Сессия*

Как правило, работа психолога состоит из часовых или полуторачасовых «сессий» или встреч, которые проходят без перерыва, обычно один раз в неделю. В случае острой ситуации встречи могут быть более частыми. Работа может быть ограниченна одной сессией или пятью, а может быть и достаточно продолжительной (год и больше).



*Оплата*

Вы всегда сможете найти психолога, работающего в государственном психологическом центре, например, в системе образования, где помощь вам будет оказана бесплатно. Это и хорошо и плохо. Хорошо, потому что позволяет решать проблемы, не зависимо от материального положения. Если психолог работает бесплатно для вас (т.е. за свою, как правило, очень небольшую) зарплату, это не значит, что он плохой специалист. Равно как и наоборот, высокая стоимость услуги абсолютно не гарантирует вам ее качества. Но это и плохо, т.к. когда вы платите деньги психологу или психотерапевту, это повышает вашу собственную заинтересованность в результате работы, больше вас включает в процесс. Логика проста: раз уж вкладываешь деньги, нужно сделать все, чтобы вложение оправдало себя. Как показывает опыт многих психотерапевтов, бесплатные клиенты чаще бросают походы за помощью, чем платные, и более пассивны на сессиях.

Если вы хотите сразу оплатить весь курс занятий с психологом, то имейте в виду, что через какой то период времени (помните про сопротивление?), вам очень сильно не захочется к нему идти. Вот тут вы огорчитесь, что все уже оплачено, и это будет для вас хорошим стимулом все-таки пойти. Но лучше все-таки платить за каждую сессию и встречаться со своим сопротивлением в более добровольном режиме.

*Что не стоит ждать от психолога и психотерапевта*

- понятных советов (даже если вам «повезло» и пару советов вы вытянули, то, скорее всего, не сможете ими воспользоваться)
- что он сделает то, что вы от него хотите

- что он правильно повлияет на вашего подростка (и скажет ему то, что вы хотите, чтобы он сказал
- что он быстро все починит

*А что стоит ждать от психолога*

- того, что он будет работать с вами и разговаривать о том, что не имеет никакого отношения к проблеме
- что он будет предлагать делать непонятные и бессмысленные действия
- что он выслушает вас и не будет осуждать ваши действия, даже если они кажутся вам ужасными.
- что он поддержит вас, поможет найти ваш собственный ресурс, на который можно опереться.
- то он поможет вам справится с тяжелыми, острыми и болезненными чувствами и состояниями (хотя бы на некоторое время).



## *Заключение*

**Конечно, мы не хотим, чтобы наши дети подвергали себя опасности.**

**Конечно, не так уж просто этого избежать.**

**Конечно, что-то не будет получаться.**

**Конечно, нужна будет помощь.**

К счастью, в нашей стране уже перестали бояться психологов. Обратиться за помощью всегда полезно: во-первых, мы же хотим, чтобы наш ребенок к нам обращался, так что стоит понять на себе, что в этом сложного. Во-вторых, пока этому психологу все объяснишь, сам про многое поймешь и придумаешь что-нибудь полезное. А в третьих — он действительно может помочь увидеть то, что было спрятано за спиной, и найти новые ресурсы.

**Конечно, очень многое будет получаться.**

И мы действительно очень много можем сделать для наших малышей. Гораздо больше, чем мы думаем и понимаем.

**Мы же можем их любить так, как никто другой на всем белом свете…**

## Оглавление

Введение ..... 3

Глава 1. Семья и подросток. Особенности подросткового возраста ..... 6

Глава 2. Социально-психологическая дезадаптация, процесс изменения социальной ситуации подростка. ..... 11

Глава 3. Агрессивное отношение нового социального окружения к подростку 24

Глава 4. Жизнь в осажденной крепости ..... 30

Глава 5. Чудесные возможности родителей ..... 34

Глава 6. Что делать, если все уже не очень хорошо? ..... 39

Глава 7. Какие трудности нас ждут ..... 45

Глава 8. Не для всех или чудесные возможности специалистов. ..... 47

Заключение ..... 55