

КОНТРОЛИРОВАТЬ НУЖНО, НО НЕ НАВЯЗЧИВО.

Вот разговор родителей с подростком. Он настолько типичен, будто впечатан в наши гены.

- *Где ты был? Мы очень беспокоились.*

- *Да тут, недалеко. Просто гулял.*

- *И что делал?*

- *Да ничего особенного.*

- *А почему ты не позвонил и не сказал нам, где ты?*

- *Я просто забыл. Вы не можете перестать следить за мной?*

Вступая в подростковый возраст, дети обычно начинают проводить больше времени со своими сверстниками, чем с родителями. Дети заняты поисками своей идентичности и больше озабочены отношениями с другими детьми и переживаемыми при этом чувствами, нежели вполне определенными, строго очерченными действиями. Это значит, что они предпочитают болтать с друзьями без особой цели, просто чтобы быть вместе. Когда вы видите своего ребенка по вечерам в соседнем сквере, он часто не может дать вам ясного ответа, где он был и что делал. Он больше был сфокусирован на отношениях, нежели на каком-то деле, – буквально «болтался» и «ничего особенного» не делал.

Другая причина, по которой дети столь не уловимы, – это их подростковая жажда большей независимости, равно как и потребность испытать, что ограничивает его и вас.

Вопросы о том, где он был и что делал, вполне уместны, когда ребенку девять или десять лет, теперь раздражают его как вмешательство в его личную жизнь. Он либо вступит с вами в резкую конфронтацию, либо, что бывает чаще, сделает вид, что не понимает ваших вопросов, давая на них уклончивые ответы.

Когда ваш ребенок не отвечает вам по существу, это может оказаться для вас реальной проблемой: ведь вам необходимо сейчас следить за ним больше, чем когда-либо. Этот возраст – переходный: дети достаточно взрослые, чтобы попасть в какую-нибудь неприятность, но еще недостаточно взрослые, чтобы заняться серьезными делами. И во многих случаях даже дети, которые хорошо понимают, что правильно и что неправильно, могут склониться к дурному поступку под влиянием сверстников.

Как же сбалансировать необходимость удерживать контроль над ребенком с его кажущейся решимостью оказаться вне зоны действия вашего «радара»? Очень важно осознать: хотя подросток стремится утвердить свой независимый имидж, как дома, так и среди сверстников, это вовсе не значит, что он хочет, чтобы вы были *«слабаком»*. Ему необходимо знать ваши установки, знать, что вас заботит, куда он пошел и что делает. Следовательно, ваша забота – установить правила, которые дадут вам обоим определенные полномочия.

Начните с того, чтобы сказать ему: «Есть многое в твоей жизни, чего я не могу и на самом деле не хочу контролировать. Но нравится тебе или нет, мне необходимо быть уверенным, что ты в безопасности. Следовательно, есть определенные вещи, которые мы /родители/ должны знать, прежде чем дать тебе разрешение пойти куда-то».

Скажите ему, что вы должны точно знать, куда он идет, с кем, как долго будет отсутствовать и как доберется до дома.

Что касается *«комендантского часа»* и других правил, основывайте их на возрасте вашего ребенка, его прежнем поведении и конкретной ситуации. Если ваш тринадцатилетний сын собирается на вечеринку в пятницу вечером, вы можете настоять на том, чтобы он вернулся домой в десять часов. Но если вашу дочь соседи попросили посидеть с их малышом, пока они будут в кино на позднем сеансе, то она может вернуться и позже.

Если вы озабочены какими-то его (или ее) планами на вечер (потому, скажем, что за компанией подростков никто из взрослых не присмотрит, или потому, что там будут ребята, не отличающиеся примерным поведением), изложите свои соображения настолько ясно, насколько возможно. *«Прости, я знаю, вы с девочками хотите послушать музыку и потанцевать, но не думаю, что тебе можно оставаться у Кати до одиннадцати, если дома у нее нет родителей, – можно сказать дочери. – Ты можешь побыть там до половины десятого, но потом мы будем должны забрать тебя. Мы знаем, ты не любишь, когда мы звоним. Где нам ждать тебя, на улице или в сквере? В любом случае мы рассчитываем, что ты выйдешь точно в половине десятого»*.

Вот несколько способов сохранить влияние на ребенка, не стесняя его поведения.

ВЫ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ ОКРУЖЕНИЕ ВАШЕГО РЕБЁНКА.

В той мере, в какой это только возможно, найдите время познакомиться с взрослыми, которые играют ту или иную роль в жизни ребенка (учителями, родителями друзей, руководителями кружка, в котором он занимается), пусть он даже будет жаловаться, что вы обращаетесь с ним, как с маленьким. Если вы провожаете его в гости к его товарищу, задержитесь на минуту, чтобы представиться взрослым. Если его товарища приводят к вам, выйдите, если можете, и поздоровайтесь с тем, кто его сопровождает. Объясните своему ребенку: если вы почувствуете, что сможете доверять этим людям, вам легче будет позволить ему отправиться с ними в поездку или принять другие их приглашения.

ЯСНО ВЫРАЖАЙТЕ СВОИ НАМЕРЕНИЯ.

Невозможно предусмотреть все возможные и непредвиденные обстоятельства, но и ваш подросток должен понимать, что вы как минимум нуждаетесь в том, чтобы в любое время знать, где он находится. И вы, и ребенок должны помнить телефонный номер, по которому один может позвонить другому. Если ребенок отправляется в гости к друзьям семьи, и те решили вместе с ним пойти в кино, ему следует позвонить вам и предупредить об этом. Если он хочет остаться во дворе на полчаса дольше обычного, он должен сначала попросить разрешения у вас и дать вам время обдумать его просьбу.

Пусть он знает, что свидетельство о надежности его слова в прошлом определяют, согласитесь ли вы с его просьбой. Скажем: «Мне необходимо, чтобы ты постоянно был в контакте с нами. Если ты не сможешь, мы должны будем ограничивать тебя до тех пор, пока ты не докажешь, что готов к большей ответственности».

ЕСЛИ ВЫ НЕ МОЖЕТЕ БЫТЬ РЯДОМ, ДАЙТЕ ПОЧУВСТВОВАТЬ СВОЕ ПРИСУТСТВИЕ.

Большинство работающих родителей приходят вечером домой в определенное время. Часто получается так, что ребенок возвращается из школы, когда никого из взрослых дома нет, условьтесь, что один из вас позвонит другому в определенное время. Пусть у ребенка будет на всякий случай телефон взрослого близкого вам человека. Напишите записку с ясными указаниями: «Поешь, прежде чем сесть за уроки. Час позанимаешься – можешь час смотреть телевизор». Почему надо написать? Ведь проще позвонить! Но как часто можно услышать вечером: «Я забыл».

Предупреждайте его так же, если задерживаетесь на работе и придете позже. Ведь не только вы беспокоитесь о нем, но и ребенок беспокоится о вас. Используемый постоянно этот вид надзора на расстоянии может оказаться столь же эффективным, как ваше реальное присутствие.

УВАЖАЙТЕ ЖЕЛАНИЕ ВАШЕГО ПОДРОСТКА.

Хотя права взрослого всегда должны оставаться при вас, помните, что демонстрация возможностей родительского контроля может глубоко задеть ребенка. Найдите способ учитывать потребности его в зависимости без ущерба для его безопасности.

Можно ведь встретить его в квартале от футбольного поля так, чтобы товарищи по команде не видели, что вы пришли за ним. Если вы провожаете его с приятелями на спектакль, хорошо, чтобы встретил их кто-то другой из взрослых, так чтобы ваш ребенок не оказался единственным, за кем присматривают родители.

Наконец, не позволяйте себе погрузиться в обиды из-за мнимого понижения вашего родительского статуса. Да, вам приходится теперь во многом считаться с подростком, а он порой не очень-то считается с вами – во всяком случае, считается меньше, проявляя невиданную прежде самостоятельность. Напоминайте себе постоянно, что в этом нет ничего личного. В самом деле, это нечто такое, что и вы, вероятно, проделывали со своими родителями.

*Вспоминайте свой подростковый возраст. И вы лучше сможете
понять своего ребенка.*