

**Государственное казенное учреждение  
для детей–сирот и детей,  
оставшихся без попечения родителей,  
«Детский дом №24 «Аврора»**

**Психологическая мастерская  
для родителей (законных представителей ), а также  
граждан, желающим принять на воспитание в свои  
семьи детей**

**Подростки: трудный возраст**

# ТРУДНЫЙ ПОДРОСТОК



*«Кто обладает терпением, может достичь всего»*

**РАБЛЕ**



Не секрет, что подростковый возраст - не только ответственный период в становлении подрастающего человека, но и серьезное испытание для педагогических и личностных компетенций родителей. *Дополнительной трудностью в воспитании подростка в замещающей семье является то, что*

*родителям сложно предвидеть реакции ребенка, который появился в семье не с момента рождения.* Поэтому приемным родителям особенно важно как можно больше знать о том, какие «сюрпризы» готовит этот переходный период в развитии ребенка. Об особенностях воспитания подростков в приемных семьях, истоках возникающих в этом возрасте проблем и путях их преодоления расскажет настоящий выпуск методической рассылки.

Приемные подростки, пожалуй, самые не простые из всех тех, с кем когда-либо приходилось встречаться психологам в своей практике. Это те дети, которые попав в приемную семью, могут превратить ее жизнь в настоящий кошмар. Особенно если речь идет о детях, которые пришли в семью уже достаточно взрослыми, практически сложившимися личностями, в 13-16 лет. *Можно только себе представить, сколько за эти немного лет им пришлось пережить. Предательство взрослых, унижение и манипуляции со стороны ровесников в детских учреждениях и многое другое. Эти дети получили множество психологических, а порой и физических травм. Их потребности, чаще всего, не были удовлетворены. Как базовые, так и более высшие по рангу потребностей – признание, принятие, любовь. Эти дети научились быть злыми и агрессивными, гибкими и настороженными, изворотливыми и строптивыми. А как еще они могли бы тогда выжить? Агрессия и изворотливость, строптивость и постоянное вранье – это всего лишь способы удержаться на плаву и отвоевать себе место под солнцем. Если бы не эти качества и умения, они бы никогда не попали в приемную семью. А если попали, тогда именно такими они придут в новые отношения. Они будут врать и воровать. Они будут протестовать, и нарушать правила. Они будут проверять ваши границы дозволенного, пытаться вами манипулировать. Они будут «нагибать» младших братьев и сестер, даже если те уже давно живут в этой семье или в ней с самого рождения. Они будут скверно учиться, а иногда вообще не ходить в школу. (Об истоках проблем, связанных со школьной дезадаптацией приемных детей, читайте в сентябрьском выпуске методической рассылки за 2015 год «Школьная дезадаптация. Как помочь ребенку» <https://yadi.sk/i/unIAV3giuscF>).*

И это еще не все, что можно от них ожидать. В самых сложных случаях они могут неоднозначно проявлять свой сексуальный интерес к другим детям, даже того же пола.

И, если семья сразу их запишет в «изгои», «извращенцы», «неуправляемые», тогда вряд ли такую ситуацию можно будет изменить. А попытаться все-таки стоит.

Получится это или нет, зависит не только от умений, опыта или каких-то иных качеств приемной семьи. Безусловно, у опытной в этом отношении семьи, есть больше шансов, но не всегда. Еще есть прямая зависимость от того, насколько вообще ребенок сможет жить в семье. Сможет ли он развить привязанность к этим людям. Или у него это не получится никогда.

Никогда, потому что *те психологические травмы, которые он получил в раннем детстве, не позволят ему «отрастить» привязанность, так необходимую для создания семейных уз.* Другими словами, он так и не поймет и не сможет оценить для себя важность семьи, не разберется с ролью родителя, не поверит в его умение быть защитой и поддержкой.

Это и не удивительно. Так как его опыт показывает другое. Его такой небольшой, и такой вместе с тем огромный опыт показывает, что никому доверять нельзя кроме себя, никто не сможет тебя защитить, только ты сам. Никто и никогда ничего тебе просто так не даст, только за определенную плату. В один прекрасный день он может спросить себя: «А чем эти новые взрослые лучше тех, которые были раньше?». И решит, что ничем.

*Не нужно думать, что их заставили прийти в семью. Нет. Многие просто посчитали, что там будет лучше материально, им так рассказывали другие, которые уже в семьях. Иные захотели в семью, чтобы был дом, была мама, своя кровать, свой двор, хоть что-то, но свое. А если их ожидания не*

оправдались, тогда дух сопротивления, который и так свойственен подросткам, возрастает в десятки раз. А с ним и желание вырваться из «плена», в котором они вдруг очутились, и в котором новые правила, масса ограничений и обязанностей.

Но все-таки шанс помочь таким детям есть. Только придется сначала понять некоторые вещи, которые касаются всех приемных детей. Точнее всех детей, которые остались без родителей по той или иной причине.

Давайте попробуем разобраться, что происходит с мозгом ребенка, который растет. Кроме всего прочего, он выполняет три очень важные функции: ○

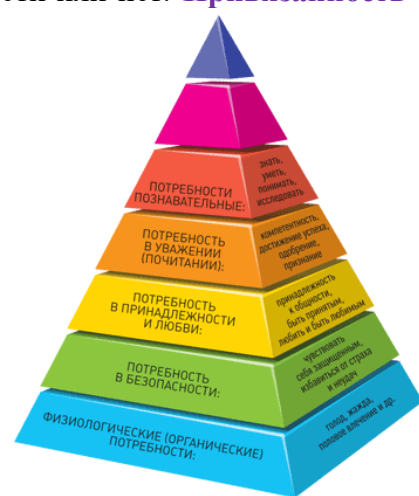
○ Заботится о контакте и близости; ○ Заботится о психоэмоциональном развитии и взрослении; ○ Защищает от невыносимой уязвимости.

И, если ребенок всю жизнь не получал ответ на запрос своих жизненно-важных потребностей, возле него не было того взрослого, который бы отвечал за его безопасность, тогда его вечной заботой будет поиск такого взрослого. Важно понимать, что взрослый для малыша – вопрос жизни или смерти. Не трудно догадаться, что ребенок без взрослого не способен выжить. Привязанность – это не про люблю/не люблю, это я в безопасности или нет. **Привязанность обеспечивает одну из базовых потребностей - потребность в безопасности.** Если базовые потребности у ребенка не удовлетворены, то более высокие потребности (потребность в любви, уважении, познавательные потребности, потребность в творческом самовыражении) - не возникают. **Если потребность в безопасности у ребенка не удовлетворена все его силы будут уходить на постоянную борьбу с тревогой.**

*Взрослые служат постоянными зеркалами для ребенка, но зеркала эти – не холодное стекло, равнодушно отражающее ровно то, что перед ним. «Материнская речь» полна ахов-охов и восторгов, ласковых слов, нежных интонаций, улыбок и мягких прикосновений. Она словно обволакивает ребенка невидимым светящимся коконом любования и одобрения – каждое его*

*проявление, каждый звук, каждое отразившееся на его мордашке чувство мать приветствует, понимает, называет вслух, утрированно повторяет на своем лице и подчеркивает важность. Она не просто служит зеркалом – она служит зеркалом, в котором ты всегда хорош, любим и важен. Такое общение называют позитивным отзеркаливанием, то есть это неравнодушное, любящее, одобряющее зеркало. **Позитивное отзеркаливание не заканчивается в младенчестве, мы продолжаем и дальше давать ребенку понять, что он любим, важен, что мы рады его присутствию в нашей жизни. Потребность в таком «теплом душе» может вновь обостряться в кризисные периоды жизни, в периоды тяжелых испытаний или возрастных трудностей, например, в подростковом возрасте. В эти моменты ребенку вновь бывает очень важно увидеть в глазах родителя, услышать в его словах понимание, одобрение и безусловное принятие.** Не у всех людей есть опыт позитивного отзеркаливания. Встречаются люди, которых «сюсюканье» с детьми ужасно раздражает, кажется фальшивым, они предпочитают говорить даже с младенцами «как со взрослыми» или не общаться с ними вовсе. Чаще всего, если узнать побольше про детство такого человека, мы найдем там либо дефицит общения с родителями, либо отстраненных, «замороженных» родителей. Позитивное отзеркаливание – бессознательно усваиваемая модель поведения, и если ее неоткуда было взять, она и не включается в моменты общения с детьми. И грустная эстафета передается дальше.*

**Благополучие ребенка зависит не от условий, в которых он живет, а от отношений, в которых он находится.** Если родители у ребенка есть, они рядом, они смотрят с любовью, значит – все в порядке. Но, если мозг подростка работает в режиме тревоги, стараясь обеспечить жизненно важную близость, которую принято называть привязанностью, тогда он не может



эффективно обеспечивать полноценное развития и взросление. Наверное, многие замечали, что дети из интернатных учреждений, практически всегда страдают нарушением развития, как физического, так психического и эмоционального. Другими словами ресурсов на развитие недостаточно, когда в голове звучит «сирена тревоги».

И тогда включается «защита от невыносимой уязвимости». Это значит, что **мозг может защищаться от внешней небезопасной среды двумя способами:**

1. **Включив онемение чувств.** То есть человек не ощущает болезненных эмоций («ну и что?», «мне все равно», «какая разница?»). Иначе, если он позволит себе расслабиться и почувствовать что-либо, может получить «удар по дых» в виде предательства, пренебрежения, отвержения. Поэтому лучше вообще ничего не чувствовать. Он перестает любить, удивляться, радоваться, испытывать благодарность в том числе.

2. **Эмоциональная «слепота».** В этом случае, человек не видит потенциально опасных, болезненных ситуаций, теряет ощущение опасности. И поэтому совершает много рискованных поступков. Не может просчитать их последствия, не понимает опасности.

Став «неуязвимым» от болезненных переживаний, ребенок перестает полноценно развиваться эмоционально, он не умеет управлять своими импульсами, выстраивать логическую цепочку из действий и анализировать чувства окружающих, в том числе и приемных родителей. Если работает «защита от уязвимости» подростки чаще всего как будто бы застревают эмоционально где-то в раннем детстве, в районе 3-4 лет. Они не могут думать две мысли одновременно. Например, одновременно злиться и любить. Например, если я злюсь на сестренку, то не удержусь от желания ударить. И только потом я подумаю о том, что я ее люблю. Или мне нравится приемная мама, но если мне придет в голову уйти из дома, – то я уйду. Только потом я подумаю о том, что она переживает. И т.д.

У таких детей не развита способность, которая начинает постепенно формироваться после 4-х лет, управлять своими импульсами, думать о последствиях. Они живут эмоциями. «Если хочется телефон, я его заберу, или возьму (украду) в магазине». И в этот момент подросток не способен подумать о последствиях своего поступка.

Вероятность того, что все исправится есть. И, чем раньше ребенок перестанет беспокоиться о контакте и близости, тем быстрее он сможет компенсироваться. То есть, чем раньше он попадет в семью, увидит надежных, любящих взрослых, уверенных взрослых, тем быстрее его мозг сможет посвятить себя развитию.

Поэтому, когда попадают в приемную семью дети 13-16 лет, у них многие возможности уже могут быть упущены в той или иной мере. Но, только терпение и понимание того, что происходит с ними, помогут наладить с ними отношения. Сначала привязанность, а потом все остальные требования. И по уборке, и по обязанностям и по урокам и успеваемости в школе.

Да, это трудно. Но все-таки возможно.

Помогают отрастить привязанность семейные праздники, традиции и ритуалы, совместное времяпрепровождение всей семьей, они помогают приемному подростку наглядно увидеть привязанность и любовь, заботу и ласку между всеми членами новой семьи, ощутить потребность испытывать то же самое относительно себя и дарить в ответ окружающим. Каждый посыл к подростку – «я тебя понимаю, не осуждаю, и ты здесь в безопасности» – дает свои результаты. Для этого нужно время. Иногда достаточно долго, и год и два. Пока он не поверит вам по-настоящему. Не только головой, но и его подсознание не отдаст сигнал мозгу, который будет готов снять защиту от непереносимой уязвимости, и начать развиваться в соответствии с возрастом.

Большого терпения и такта требует подросток в приемной семье. В подобных случаях приемным родителям чаще всего приходится сталкиваться с позицией отрицания и неприятия, которую может занять ребенок. Ребенок такого возраста воспринимает свою новую семью и приемных родителей (особенно мать!) двояко. С одной стороны, это – женщина, которая предлагает ему свою заботу и любовь. С другой стороны – помимо его воли она ассоциируется у него с его биологической матерью, которая его предала и бросила.

Подросток в приемной семье намного острее, чем дети более младшего возраста, испытывает следующие чувства:

- страх перед неизвестным;
- страх, что в настоящем или будущем приемная семья от него откажется – так же, как это уже случилось с ним в прошлом, с его биологическими родителями.

Поэтому основные моменты воспитания в приемной семье надо постараться направить на то, чтобы погасить в ребенке эти страхи. Как этого добиться? Эксперты указывают на два момента:

- приемные родители не должны проявлять о ребенке патологическую сверхзаботу;
- приемные родители должны быть полностью свободны от чувства вины либо угрызений совести перед ребенком, не пытаясь держать ответ за действия его биологических родителей.

Такие подростки приносят с собой воспоминания о своей прежней жизни. Для них важно, чтобы им позволили сохранить эти воспоминания и делиться ими. Родители таких подростков должны быть готовы к тому, что им и детям может потребоваться профессиональная помощь для построения и поддержания здоровых семейных взаимоотношений.

Как бы ни складывались условия жизни в подростковом возрасте, ориентация на семью и потребность в ней в этот период жизни чрезвычайно высокие. Несмотря на внешнюю браваду и напускную или истинную грубость, подросток такой же ребенок, нуждающийся в любви, заботе и признании. Подросток находится в постоянном поиске жизненно важного взрослого, способного обеспечить ему безопасность и нормальное психоэмоциональное развитие. Но, даже найдя такого человека, приемного родителя, он не сразу понимает это – срабатывает защита от невыносимой уязвимости.

### **Психологические и физические особенности подросткового возраста**

В подростковом возрасте ребенок старается освободиться от психологической родительской зависимости, обрести своё собственное внутреннее "Я". Это своеобразные вторые роды для ребенка, первый раз он рождался физически в этот мир, а сейчас - психологически. И чтобы народилось что-то новое, надо, чтобы душа проделала кропотливую внутреннюю работу. Не только душа ребенка, но и Ваша тоже. Ведь не только ребенок перестраивает свои отношения с миром и с Вами, но и Вы должны поменять своё отношение к нему, увидеть его в новом свете, в новом качестве.

Подросток и его родители находятся словно в разных системах координат: он стремительно меняется – они стараются сохранить стабильность; они хотят, чтобы он сначала поумнел и стал ответственным, а потом проявлял своеволие – у него получается только наоборот. Растерянные происходящими в любимом ребёнке изменениями, родители срочно «берутся за воспитание», что окончательно портит отношения. Подросток приходит к выводу, что «с ними не о чем разговаривать». И вместе с тем ему остро не хватает близости с родителями, он страдает от одиночества, хочет возобновить контакт – и не знает как. Он отдаляется от семьи, подчёркивает своё равнодушие. Возможно, этот характерный для подростков способ психологической защиты и лег в основу распространённого убеждения, что семья в этом возрасте не важна.

В подростковом возрасте ребенок начинает по-новому оценивать свои отношения с семьей. Стремление обрести себя как личность порождает потребность в отчуждении от всех тех, кто привычно, из года в год оказывал на него влияние, и в первую очередь это относится к родительской семье. Отчуждение по отношению к семье внешне выражается в негативизме - в стремлении противостоять любым предложениям, суждениям, чувствам тех, на кого направлено отчуждение.

Новые потребности и желания подростков не могут более удовлетворяться в семье. Поэтому естественным образом происходит сепарация (лат. *separatio* — отделение) подростков от родителей и их обращение к новым объектам и ситуациям внешнего мира (поиск любовных отношений, профессиональное самоопределение, хобби и т.д.).

**Сепарация** – это всегда запреты и конфликты. Сепарация представляет собой процесс, благодаря которому человек приобретает чувство собственного «Я». Ощущает себя самостоятельной и независимой личностью. Трехлетка постоянно слышит: «Нельзя! Не трогай! Осторожно!» и подросток – в том же положении. Физически он уже может пойти куда угодно и с кем угодно, он может сделать все, что ему заблагорассудится, у него та же неуемная потребность попробовать, узнать, залезть, его так же не останавливают опасности и не обескураживают неудачи. Но он так же постоянно слышит «Нельзя! Не смей! Мал еще!». **Разница лишь в том, что малыш исследует мир вещей, мир пространства, объемов, фактур, вкусов и звуков. Подросток – мир людей, мир отношений, чувств, решений, принципов, увлечений.**

Подростковый возраст — это период больших возможностей, резкого подъема физических и духовных сил, интенсивного роста жизнедеятельности организма. Многие учителя считают подростковый возраст самым интересным возрастом и любят работать именно с подростками. А что касается слабых сторон, трудных моментов, - то все это имеет относительное значение. При правильном воспитании многие недостатки поведения подростков не проявляются, а некоторые, казалось бы, отрицательные черты могут носить положительный характер.

Повышенная возбудимость, характерная для подросткового возраста, при неправильном воспитании может привести к отрицательным формам поведения, создавать нервозность, раздражительность. Она же при правильном воспитании может оказаться источником повышенной творческой деятельности, активности, энергии, бодрости и жизнерадостности.

Нелегко с подростками родителям, особенно замещающим. Ведь подросткам-сиротам еще труднее принять все новое, что готовит им жизнь. Развитие ребенка, выросшего вне семьи, идет по особому пути с формированием специфических черт личности, проявляющихся в особенных эмоциональных комплексах (незащищенность, импульсивность, низкая эмпатия и др.).

Подростковый возраст - период жизни человека от детства до юности в традиционной классификации (от 11-12 до 14-15 лет). В этот короткий период времени подросток проходит великий путь в своем развитии: через внутренние конфликты с самим собой и с другими, через внешние срывы и восхождения он может обрести чувство личности.

**В современном информационном обществе стремление подростка к статусу взрослого - мечта малодоступная. Поэтому в подростковом возрасте обретает не чувство взрослости, а чувство возрастной неполноценности.** Социальная ситуация развития человека в этом возрасте представляет собой переход от детства к самостоятельной и ответственной взрослой жизни. Иными словами, подростковый возраст занимает промежуточное положение между детством и взрослостью. Происходят изменения на физиологическом уровне, по-иному строятся отношения со взрослыми и сверстниками, претерпевают изменения уровень познавательных интересов, интеллект и способности. Духовная и физическая жизнь перемещается из дома во внешний мир, отношения со сверстниками строятся на более серьезном уровне. Подростки занимаются совместной деятельностью, обсуждают жизненно важные темы, а игры остаются в прошлом.

**В начале подросткового возраста появляется желание быть похожим на старших, в психологии оно называется *чувством взрослости*.** Дети хотят, чтобы к ним относились как ко взрослым. Их желание, с одной стороны, оправданно, потому что в чем-то родители действительно начинают относиться к ним по-другому, разрешают делать то, что раньше не дозволялось. Например, теперь подростки могут смотреть художественные фильмы, доступ к которым раньше был запрещен, дольше гулять, родители начинают прислушиваться к ребенку при решении житейских проблем и др. Но, с другой стороны, подросток не во всем отвечает требованиям, предъявляемым ко взрослому человеку, он еще не выработал в себе такие качества, как самостоятельность, ответственность, серьезное отношение к своим обязанностям. Поэтому относиться к нему так, как он хочет, пока невозможно.

Еще один очень важный момент состоит в том, что, хотя подросток продолжает жить в семье, учиться в той же школе и окружен теми же сверстниками, в шкале его ценностей происходят сдвиги и по-другому расставляются акценты, связанные с семьей, школой, сверстниками. Причиной этого является **рефлексия** (от лат. *reflexio* - обращение назад – мыслительный процесс,

направленный на самопознание, анализ своих эмоций и чувств, состояний, способностей, поведения), которая начала развиваться к концу младшего школьного возраста, а в подростковом возрасте идет ее более активное развитие. Приобрести качества, свойственные взрослому человеку, стремятся все подростки. Это влечет за собой внешнюю и внутреннюю перестройку. Начинается она с подражания своим «кумирам». С 12-13 лет дети начинают копировать поведение и черты внешности значимых для них взрослых или старших сверстников (лексикон, способ отдыха, увлечения, украшения, прически, косметика и т. д.).

**Для мальчиков** объектом подражания становятся люди, которые ведут себя как «настоящие мужчины»: обладают силой воли, выдержкой, смелостью, мужеством, выносливостью, верны дружбе. Поэтому мальчики в 12-13 лет начинают больше внимания уделять своим физическим данным: записываются в спортивные секции, развивают силу и выносливость.

**Девочки** стремятся подражать тем, кто выглядит как «настоящая женщина»: привлекательным, обаятельным, пользующимся популярностью у других. Они начинают уделять больше внимания одежде, косметике, осваивают приемы кокетства и т. д.

На формирование потребностей подростков большое влияние оказывает реклама. Подросток психологически попадает в зависимость от предметного мира как ценности человеческого бытия. Живя в предметном мире с момента появления на свет, подросток начинает фетишизировать этот мир. Благодаря тому, что он входит в подростковые сообщества, которые представляют себя через присущие времени и возрасту знаковые системы, в состав которых подпадают и определенные вещи, подросток превращается в потребителя: потребление вещей становится содержанием его жизни. В этом возрасте делается акцент на наличие определенных вещей: так, подросток, получая рекламируемую вещь в личное пользование, обретает ценность и в собственных глазах, и в глазах сверстников. Для подростка почти жизненно необходимо владеть некоторым набором вещей, чтобы обрести определенную значимость. Именно через присущие подростковой культуре вещи происходит регулирование отношений внутри возрастных групп. Для подростка становится значимым обладание определенным набором вещей, чтобы поддерживать свое чувство личности.

В современном мире **вещи могут стать растлителем подростков по многим причинам:**

- 1) став основной ценностью, побуждающей мотивацию и представления о полноте жизни;
- 2) став фетишем, превращающим в раба вещей;
- 3) поставив в зависимость от дарителей и побуждая тем самым к зависти и агрессии.

**Новообразования подросткового возраста Эмоциональная сфера:** о Центральным новообразованием в сфере чувств подростка становится «чувство *взрослости*», которое выражается в стремлении к самостоятельности, желании доказать свою независимость и высвободиться из-под опеки взрослых, в потребности добиться уважения к себе как к личности. Это может проявляться и в подражании старшим, в проявлениях внешних, мнимых признаков взрослости: курении, употреблении спиртного, кокетстве и т.д;

о Подростку свойственны *легкая возбудимость*, резкая смена настроений и переживаний. Подросток лучше, чем младший школьник может управлять своими эмоциями. Однако он может скрывать свои страхи, волнение, огорчения под маской безразличия, что усложняет процесс принятия и понимания его проблем окружающими взрослыми; о В подростковом возрасте ребенок часто становится обидчивым, ранимым.

Часто *бурная реакция* подростка не соответствуют по выраженности вызвавшему ее поводу; о Подростки могут проявлять большую *импульсивность* в поведении. При значительных конфликтах это может выражаться в *побегах из дома*, школы и даже в суицидальных попытках. Для подростка очень важны понимание и уважение со стороны родителей, он или она чувствует себя уже взрослым, самостоятельным человеком, имеющим свою точку зрения на многие

вопросы. При этом ребенку часто не хватает жизненного опыта, самостоятельности и ответственности при принятии решений. Если в ответ на свои просьбы он получает насмешки, пренебрежение, то в отношениях с родителями возникает пропасть непонимания, обид и недоверия. В такой ситуации подросток может принять решение уйти из дома и даже не сказать об этом родителям. Если же он «предупреждает» о своем намерении, значит у родителей еще остался шанс прояснить ситуацию и сесть за стол переговоров.

В приемной семье могут быть кризисы отношений. Например, реакция отделения от семьи, характерная для всех подростков, у приемных детей отягощается претензиями к взрослым за свое прошлое. А «отвечать» приходится приемным родителям — в настоящем. Скандалят в этом возрасте все, в большинстве случаев удается с помощью специалистов ситуацию «разрулить». Было несколько случаев, когда приемные дети в подростковом возрасте внезапно начинали настаивать на уходе из приемной семьи. Не «понарошку», а всерьез. Никакие усилия удержать их не помогали. Родители переживали – казалось, как же так, все зря?! А потом, после восемнадцати лет, эти дети сами же разыскивали свои приемные семьи, восстанавливали и поддерживали (и до сих пор поддерживают) отношения с ними так, как это бывает в обычных семьях со взрослыми детьми, живущими самостоятельно. Частые приходы в гости, звонки, взаимопомощь. И близость душевная у них есть, и понимание. Этим детям надо было уйти, чтобы потом вернуться — самим.

Другой причиной решения уйти из дома может стать компания, друзья подростка. Например, все решили вместе куда-то поехать или просто пойти на чей-то день рождения, а его родители не отпускают. Сказать «нет» своим друзьям или приятелям для некоторых детей бывает очень трудно. Для подростка это травмирующая ситуация, часто непереносимая, так как принадлежность к определенной группе сверстников имеет огромное значение для его самоутверждения и самоуважения. В этом случае уход из дома для него будет более приемлемым, чем невыполнение решения группы.

Приемные дети реже, чем кровные, выражают свой протест и несогласие с приемными родителями таким образом. Для них уход из дома, из семьи является повторением травмирующей ситуации из детства, когда они не по своей воле лишились семьи и родителей. Поэтому приемный ребенок-подросток может решиться на уход из дома, из приемной семьи только в крайнем случае, когда другого выхода из ситуации он не видит.

Например, подросток случайно узнал, что он приемный ребенок. Такая информация в подростковом возрасте воспринимается как катастрофа, она выбивает последнюю почву из под ног ребенка-подростка, стремящегося сформировать свою идентичность. Осознание того, что родители, которых он считал самыми близкими людьми, его предали и обманули, разрушает доверие и привязанность. Подросток чувствует себя вторично брошенным и одиноким, и может, уйдя из дома, предпринять отчаянную попытку найти своих кровных родителей;

- Подросткам часто кажется, что родители, учителя и сверстники их недооценивают или думают о них плохо. Противоречивость в настроениях, переживаниях, неуверенность в себе могут вызывать *депрессивные состояния*;
- Может появиться *повышенная критичность* к другим.

- Часто подростки обвиняют взрослых в необъективности и несправедливости, что вызвано повышенной чувствительностью к тому, как их воспринимают окружающие;
- Огромное значение приобретает *общение со сверстниками*. Острая потребность в общении связана со многими переживаниями. Появляются новые интересы, устанавливаются нормы поведения в группе. Возникают определенные требования к дружбе, ребенок нуждается в чуткости, отзывчивости, понимании, учится сопереживать другим, формируется индивидуальность, развивается «Я»- концепция личности подростка.

Иногда полноценному общению со сверстниками у приемных детей может мешать переживание ребенком его социального статуса сироты. Дети, долгое время прожившие в учреждении, часто делят сверстников на «своих» - детдомовских и «чужих», их дружба часто носит ситуативный характер. Общение с теми, кто обладает таким же, как у него, жизненным опытом, дает



возможность подростку смотреть на себя по-новому. Через дружбу подросток усваивает черты высокого взаимодействия людей: сотрудничество, взаимопомощь, взаимовыручка, риск ради другого и т.п. Дружба дает также возможность через доверительные отношения глубже познать другого и самого себя. При этом именно в подростковом возрасте человек начинает постигать, как ранит измена, выражающаяся в разглашении доверительных откровений или в обращении этих откровений против самого друга в ситуации запальчивых споров, выяснении отношений, ссор. Дружба, таким образом, не только учит прекрасным порывам и служению другому, но и сложным рефлексиям о других не только в момент доверительного общения, но и в проекции будущего; ○ При переходе от подросткового к юношескому возрасту эмоциональная напряженность ослабевает, повышается уровень саморегуляции и самоконтроля.

○ Очень часто дети придирчиво относятся к своей внешности, характеру. Приемный подросток, кроме этого, конечно, замечает, что он не похож на членов семьи. Многие подростки и не хотят походить на своих родителей. Но у кровных детей есть выбор - отождествлять себя со своими родителями или нет. Приемный ребенок не унаследовал от усыновителей ни внешности, ни личных качеств. Все это у него от его биологических родителей. Если приемные родители смогли доказать ребенку его уникальность и ценность, общаются с ним на основе уважения, а не давления, то подросток будет уверен в себе, а доверие к родителям будет иметь прочную основу. Важно не допускать по отношению к внешности ребенка критических замечаний, это может приводить к депрессивным состояниям, формированию зажатости, стеснительности, а иногда и к неврозу.

Друзья, замечаящие: "Ты так похожа на свою сестру!", часто заставляют приемного ребенка острее осознавать свой "особый" статус, даже если он или она действительно имеет внешнее сходство с сестрой. Иногда приемные подростки и не поправляют друзей, говорящих о внешнем сходстве. Это легче, чем потом отвечать на десятки вопросов: А кто твои настоящие родители? А как они выглядят? А почему они отдали тебя?

Формирование идентичности, вероятно, представляет для приемных подростков большую трудность – ведь у них две пары родителей. Отсутствие информации о биологических родителях может заставить их задаваться вопросом о том, кто же они на самом деле. Им бывает очень трудно выяснить черты сходства и различия между ними, биологическими родителями и усыновителями.

Приемных подростков интересует, кто передал им их характерные черты. Порой они хотят получить сведения, которые их приемные родители не в состоянии дать: Откуда у меня талант художника? Был ли кто-нибудь в моей биологической семье маленького роста? Каковы мои этнические корни? Есть ли у меня братья и сестры?

*Шестнадцатилетняя Дженнифер объясняет: «Я пыталась понять, что я хочу делать в жизни. Но у меня в голове все перепуталось. Я не могу спланировать свое будущее, если я ничего не знаю о своем прошлом. Это все равно, что начинать читать книгу с середины. Моя большая семья с двоюродными братьями и сестрами, тетюшками и дядюшками только усиливает ощущение, что я совершенно одинока в моем положении. Эти вопросы никогда не волновали меня раньше. А теперь, я не могу объяснить по каким причинам, но я чувствую себя марионеткой без ниточек, и это ужасно».*

Некоторые подростки начинают злиться на приемных родителей, чего никогда не бывало прежде. Они ставят им в вину даже то, что усыновители помогли им привыкнуть к статусу приемного ребенка. Дети замыкаются в себе, иногда чувствуют, что им нужно находиться как можно дальше от дома, чтобы найти свою собственную индивидуальность.

Приемные подростки, как правило, боятся покидать дом усыновителей. Уход из дома пугает большинство подростков, но приемных детей он пугает еще больше, поскольку они уже пережили однажды потерю родителей.

*Семнадцатилетняя Каролина, усыновленная в младенческом возрасте, четко представляла себе свое будущее. Ей предложили спортивную стипендию, чтобы она играла в хоккей на траве за университет штата, и она планировала сделать карьеру педагога. Ее родители были рады*

помочь дочери перейти на следующую ступень ее жизни. Однако в середине последнего школьного семестра возникли неожиданные проблемы. Каролина начала пропускать уроки, «забывала» делать домашние задания. Она много времени проводила одна в своей комнате. Когда родители упоминали о колледже, она убегала к себе и громко хлопала дверью. Сначала отец и мать были озадачены. Но вскоре они забились тревогой, поскольку оценки девочки резко ухудшились, а ее характер изменился не в лучшую сторону. Они уговорили дочь посоветоваться с другом семьи, практикующим психологом. Несколько месяцев терапии помогли понять, что девочку пугал отъезд из дома и утрата привычной обстановки. Она боялась, что если она будет далеко, родители забудут о ней. Она боялась, что потеряет свой дом, и ей некуда будет возвращаться. И, кроме того, все это уже однажды произошло с ней.

По предложению родителей Каролина решила отложить свои планы на год. Она продолжала посещать консультации психолога, чтобы справиться с проблемами, блокирующими ее развитие.

Напряженные отношения между родителями, которые не хотят отказаться от контроля за ребенком, и подростком, жаждущим независимости, - отличительный признак подросткового периода. Это напряжение может быть особенно сильным в приемных семьях, где усыновленные подростки чрезвычайно остро чувствуют, что все решения в их жизни принимал за них кто-то другой: родная мать решила отдать их на усыновление; приемные родители решили принять их в свою семью. Родители часто мотивируют свои действия беспокойством, что их дети предрасположены к асоциальному поведению — особенно если биологические родители подростка употребляли наркотики или страдали алкоголизмом.

Приемные родители, которые не говорят с ребенком о его прошлом, просто оставляют его с ним один на один: разбираться, додумывать, относиться как к чему-то запретному. Без помощи взрослых дети все равно пытаются найти ответы на трудные вопросы, но могут приходить к таким, например, выводам: мои родители — уроды, о которых даже говорить нельзя, меня покинули, потому что я чудовище — других же не бросают.

Еще очень важно, чтобы ребенок понимал, что он существует не в безвоздушном пространстве. Что род, от которого он произошел, включает не только родителей, что там были еще какие-то предки, и наверняка среди них были прекрасные люди. Тема хорошего в кровной семье очень важна. Люди любят говорить о дурной наследственности, при этом все, кто имел дело с приемными детьми, знают, что у них, кроме проблем, есть и таланты, и черты характера, достойные уважения, — и, справедливости ради, не стоит забывать, что многое из этого они тоже получили из кровной семьи.

По мере взросления приемные подростки больше думают о том, какой была бы их жизнь, если бы они росли в биологической семье или если бы они оказались в другой семье. Они часто интересуются, кем бы они стали в иных обстоятельствах. Потребность примерять на себя различные варианты судьбы у них очень сильна. В дополнение ко всем возможностям, которые предоставляет им жизнь, приемные подростки думают о тех шансах, которые они уже потеряли. Практически все подростки, испытывающие чувство потери, хотели бы обладать большей информацией о своей биологической семье. Иногда они стараются найти дополнительные сведения о своей медицинской истории. Одни подростки хотят найти своих родителей. Другие говорят, что они были бы признательны, если бы просто могли получить доступ к информации.

Конфликты с родителями происходят у приемных детей по тем же причинам, что и в кровных семьях, но отличие заключается в том, что кровные дети уверены, что их родители никуда не денутся, а у приемных детей такой уверенности нет. Для укрепления уверенности в себе в конфликтах с приемными родителями приемные подростки могут привлекать такой ресурс, как идеальный образ кровных родителей. Они могут фантазировать и заявлять, что приемные родители их «не понимают», потому что они не родные, а кровный родитель понял бы.

Чтобы развенчать миф приемного подростка об «идеальных кровных родителях» и уберечь его от необдуманных действий в поиске этих реальных людей, приемным родителям необходимо на

эти поиски отправляться вместе с ним. Только разговорами и увещаниями в такой ситуации не обойтись. Подросток должен почувствовать, что приемные родители не ревнуют его к кровным родителям, а понимают его потребность больше узнать об истории своего рождения и готовы помочь ему в этом. **Когнитивные особенности:** ○ В подростковом возрасте происходит большой скачок в развитии психических - познавательных процессов, формировании личности. В результате этого *меняются интересы* ребенка, они становятся более дифференцированными и стойкими; ○ Существенные изменения происходят и в *структуре интеллекта*: формируются навыки логического мышления, теоретического мышления, развивается логическая память ○ Активно развиваются *творческие способности* ребенка, формируется индивидуальный стиль деятельности.

В подростковом возрасте появляются новые мотивы учения, связанные с формированием жизненной перспективы и профессиональных намерений, идеалов и самосознания. Учение для многих приобретает личностный смысл и превращается в самообразование. **Мотивация общения:** ○ Потребность в общении с родителями, учителями и вообще взрослыми отходит на задний план, первостепенную значимость приобретает общение со сверстниками. У подростка остается *потребность в общении со взрослым, но в общении неформальном, нерегламентированном, дружеском*; ○ Ребенок *ориентируется на «значимых других»*, характер общения со взрослыми серьезно влияет на развитие личностных особенностей подростка. В случае если потребность в общении не удовлетворяется, у ребенка формируется целый ряд негативных тенденций в поведении; ○ Появляется *потребность в принадлежности к какой-либо группе*, в которой подросток решает многие задачи социальной адаптации: учится общению с противоположным полом, осваивает социальные роли. В группе идет принятие социальных норм и ценностей, строится представление о дружбе, и любви. Принадлежность группе дает возможность подростку разделить с друзьями общие интересы, найти понимание и сопереживание своим чувствам, эмоциональную поддержку со стороны сверстников в преодолении свойственных возрасту психологических проблем; ○ Подростку свойственны *желание выделиться*, стремление занять высокую

позицию, добиться уважения других. С другой стороны принадлежность группе требует от него некоторого конформизма, то есть, чтобы принадлежать какой-то компании, необходимо быть похожим на ее членов, это может быть употребление особого жаргона, ношение одежды, отличающейся какими-либо деталями. Это очень важно для подростка, потому что тех, кто не соответствует параметрам, группа лишает своего внимания; ○ в характере мотивации учебно-познавательной деятельности происходят существенные преобразования. В средних классах ведущими мотивами является *стремление завоевать определенное положение в классе*, добиться признания сверстников. В старших классах учеба начинает определяться мотивами, направленными на *реализацию будущего*, осознание своих будущих жизненных перспектив и профессионального определения; ○ Одной из важных особенностей подросткового возраста является повышенный интерес к вопросам полового развития и к *сексуальной сфере*. На ранней стадии этот интерес направлен на изучение собственного тела. Постепенно этот интерес переходит и на развитие других, особенно представителей противоположного пола. Подростки начинают осознавать свои сексуальные чувства и увлечения, у них появляется интерес к сексу; ○ Появляется потребность в *автономии и самоопределении*, стремление к самостоятельности, независимости, желаний отстоять свои права. Реакция эмансипации - тенденция освобождения, отделения от опеки родителей, избавление от эмоциональной детской зависимости от родителей.

○ Происходит постепенное открытие своего внутреннего мира как ценности, *начинается поиск смысла жизни*, осмысление смерти; ○ Возникают мотивы и потребности, обуславливающие *различные поведенческие отклонения*: алкоголизм, наркоманию, курение, делинквентное поведение. Под ростки раздвигают границы через при обретение негативного опыта. Учатся жизни на своих ошибках.

*Родителям важно не только понимать, какие изменения происходят с ребенком, но и учиться анализировать его поведение, учитывая эти изменения и эмоциональное состояние подростка, вызванное особенностями возраста.*

### **ВЗРОСЛЕНИЕ И ПОВЕДЕНИЕ ПОДРОСТКОВ ОТ 10 ДО 16 ЛЕТ**

	ЭМОЦИОНАЛЬНОСТЬ, МОТИВИРОВАННОСТЬ, выражение чувств, страхи	УТВЕРЖДЕНИЕ ЛИЧНОСТИ, поиски себя, желания, интереса	СОЦИАЛЬНЫЕ ОТНОШЕНИЯ (родители, братья и сестры, друзья)
	Непринужденный, довольный жизнью, обычно веселое настроение. Один из наиболее счастливых периодов, страхов немного. Главные причины слез - гнев, испуг, боязнь темноты, соревновательный дух мало проявляется	Не слишком беспокоится о себе, думает только о настоящем, планы на будущее расплывчаты. Желание обладать собственностью. Любит деятельность вне дома	Очень связан с родителями, любящий, экспансивный, любит участвовать в семейных делах. Спорит с братьями и сестрами, у девочек сложные и напряженные отношения с одной или несколькими близкими подругами. Мальчики объединяются в группы
	Чувствителен, стремится к самоутверждению, перепады настроения, взрывы злости и агрессивности, страсть к спорам. Беспокойный и пугливый. Боятся животных, темноты, высоты. Соревновательный дух и жажда мести. Частые слезы, гнев, разочарование.	Ищет себя, все время в оппозиции, часто в конфликте с другими, не любит критики. Появляются мысли о будущем. Желание обладать собственностью. Страсть к коллекционированию.	Тенденция сопротивления родителям, переворачивает жизнь семьи, но любит участвовать в семейных делах. Дерется с братьями и сестрами, глубоко сердечные и в то же время сложные отношения между девочками. Мальчики собираются компаниями.
	Уравновешенный, медлительный. Лучше контролирует себя, чувство юмора. Меньше огорчений, легче поддается грусти. Меньше страхов, социальная озабоченность. Боязнь темноты, змеи, толпы, менее агрессивен.	Поиски себя, попытки заслужить одобрение других. Судит о себе более объективно. Желание обладать собственностью. Более реальные и более определенные планы. Интерес к природе.	Полон расположения к матери. Чувствует себя ближе к отцу, чем раньше. Любит семью и семейные дела, но начинает искать общества друзей вне семьи. Улучшение отношений с братьями и сестрами. Девочки начинают дружить с мальчиками.
	Занят самим собой, углублен в себя. Больше размышляет, страсть к тайнам. Самый несчастливый возраст, подвержен разочарованиям и депрессии, очень раним. Меньше пугливый. Беспокойство по поводу школьных занятий. Социальные страхи, желание успеха.	Поиски самого себя, внимание к внутренней жизни, любовь к одиночеству. Стремление стать взрослым. Интерес к своей карьере и браку. Желание мира и счастья другим. Личные пристрастия, любит спорт.	Меньше близости и меньше доверия в отношениях с родителями. Заметно старается не участвовать в семейных делах. Хорошие отношения с братьями и сестрами, особенно со старшими или с гораздо младшими. Мальчики менее общительны, чем в 12 лет. Девочки тянутся к мальчикам старше себя.
	Экспансивный и возбужденный, экстравертный, чувство юмора. Более	Поиски себя, сравнивает себя с другими. Беспокоится о том, чтобы	Критикует родителей, часто стесняется своей семьи. Испытывает

веселый, капризы, плохое настроение. Школа, светская жизнь. Собственная внешность вызывает наибольшее беспокойство. Соревновательный дух, желание хорошо сделать дело	его любили, стремление к независимости. Стремление стать взрослым. Желание видеть мир лучшим. Социальные интересы и социальная активность, более уравновешенный.	необходимость разрушить мосты и утвердить свою независимость. Трудности с братьями и сестрами близкого возраста. Образование групп и компаний на базе общих интересов Девочки больше интересуются мальчиками, чем мальчики девочками.
Перепады настроения и апатия, склонность к критике, стремление скрывать свои чувства. Социальные страхи. Стремление к популярности и свободе, утверждение собственного мнения.	Интерес к тому, что отличает взрослых друг от друга. Желание личного счастья. Индивидуальные вкусы и интересы становятся определеннее.	Отчуждение от родителей, чьи попытки выражения любви отвергаются. Получает основное удовлетворение от общественной жизни среди друзей и вне дома Улучшение отношений с братьями и сестрами. Смешанные компании, в которых развиваются отношения, и возникает дружба с теми, кого выбирают сами.
Доброжелательный и уживчивый. Более сговорчивый и терпимый. Беспокойство о будущем. Забота о своей внешности. Стремление к социальным успехам.	Осмысление себя, независимость. Вера в себя. Состояние равновесия и уверенности. Стремление к счастью, успехам и личным достижениям.	Прекрасные отношения в семье, но предпочитает общество друзей обществу родителей. Защитник младших братьев и сестер: хорошее взаимопонимание со старшими братьями и сестрами. Друзья воспринимаются как очень важный фактор в жизни.

## Подростковая агрессия

**Агрессия** - это отражение внутреннего дискомфорта, неумение адекватно реагировать на происходящие вокруг события.

Агрессивный подросток часто ощущает себя отверженным, никому не нужным. Жестокость и безучастность родителей (замещающих родителей) приводит к нарушению детско-родительских отношений и вселяет в душу ребенка уверенность, что его не любят. "Как стать любимым и нужным" - неразрешимая проблема, стоящая перед подростком. Вот он и ищет способы привлечения внимания взрослых и сверстников. К сожалению, эти поиски не всегда заканчиваются так, как хотелось бы нам и ребенку, но как сделать лучше - он не знает.

**Агрессия подростков** — одно из наиболее типичных проявлений подросткового кризиса. Часто родители теряются, столкнувшись с подростковой агрессией, и все их попытки пресечь агрессивное поведение только еще больше распекают ребенка. Что делать, если ваш ребенок начал вести себя агрессивно?

В первую очередь нужно успокоиться. Агрессия подростков — крайне неприятное, но при этом *закономерное и естественное явление*. Не зря подростковый возраст называют переходным: в этот период ребенок переходит из детства во взрослую жизнь, а это, согласитесь, непросто.

**Агрессия подростков** — это признак внутреннего дискомфорта и неумения владеть своими эмоциями.

Агрессия в подростковом возрасте (10-16 лет) проявляется, прежде всего, в агрессивном поведении в школе, на улице, дома в отношении рядом находящихся людей. Это могут быть как физически агрессивное поведение, так и вербальное выражение агрессивности (грубые слова). В

меньшей степени агрессия выражена в отношении к неодушевленным предметам, но всё же, если присмотреться она существует, и самая скрытая форма агрессии – **аутоагрессия** – это агрессия против себя, самая опасная из подростковых агрессий, именно из-за нее в будущем возникает огромное количество психологических проблем.

Агрессия подростков может выражаться по-разному, в зависимости от индивидуальных особенностей характера ребенка и отношений в семье. **В каких основных формах выражается агрессия подростков?**

- **Физическая агрессия:** подросток использует физическую силу против других людей.
- **Вербальная агрессия:** подросток выражает свои негативные чувства при помощи слов, угроз, крика и т.п.
- **Раздражительность:** подросток грубит по малейшему поводу, становится резким и вспыльчивым.
- **Подозрительность:** подросток негативно настроен по отношению к окружающим, не доверяет им, считая, что «все против него».
- **Косвенная агрессия:** подросток пытается выразить свою агрессию, направленную на кого-то конкретного, посредством других людей (злые шутки, сплетни, травля).
- **Обида:** подросток может обидеться по малейшему поводу, причем обида может быть направлена на конкретного человека (сверстника или взрослого) или «на весь мир».
- **Пассивно-агрессивное поведение (скрытая агрессия):** подросток не делает то, что просят, или делает слишком медленно, забывает о просьбах и поручениях, оттягивает время.

Совсем избежать подростковой агрессии невозможно: переходный возраст — это время не только психологических, но и физиологических изменений в организме. Агрессия подростков во многом обусловлена половым созреванием, а от гормонов никуда не деться. **Задача родителей** — свести проявления подростковой агрессии к минимуму, чтобы ребенок не причинил вред себе и окружающим.

**Первое правило подавления агрессии подростков — не проявлять агрессию самому.** Вместо того, чтобы успокоить ребенка, родительская агрессия зачастую вызывает эффект «снежного кома», только усугубляя ситуацию. Так что возьмите себя в руки. Кстати, это же касается и проявления агрессии к другим членам семьи: если подросток видит, что его родители ругаются, он может брать с них пример: вам можно, а почему мне нельзя?

Постарайтесь **выработать оптимальный стиль воспитания** (если вы по какой-то причине не сделали этого раньше). Одинаково плохи и **авторитарный** стиль (чрезмерно жесткий, не учитывающий мнение и желания ребенка), и **попустительский** (когда родителям, грубо говоря, плевать на ребенка и он растет сам по себе), и **непоследовательный** (родители накладывают запреты, а потом забывают о них, дают ребенку обещания, но не выполняют). Оптимальным является **принимающий стиль воспитания:** несмотря на то, что окончательные решения принимают взрослые, они учитывают мнение и желания ребенка. Если родители и накладывают запреты — то они понятны ребенку (никаких «Нет, потому что я так сказал (а)!»).

**Агрессия подростков может быть направлена в другое русло.** Иногда спорт и творчество помогают преобразовать проявления агрессии в социально приемлемые формы поведения. Кроме того, самовыражение через хобби, победы и достижения могут помочь ребенку избавиться от внутреннего дискомфорта и недовольства самим собой, устранив таким образом первопричину агрессии.

Агрессия часто возникает из-за слабости самоконтроля и имеет способность фиксироваться в сознании как наиболее легкий путь разрешения трудных ситуаций. На этом тоже необходимо

остановить внимание ребенка, склонного к агрессии. Объяснить ему, что **общество стремится к отторжению, вытеснению агрессивных членов.**

У агрессивного человека, как правило, плохое настроение, он насторожен, беспокоен, постоянно готовится к нападению либо находится в бесконечной обороне. И то и другое отнимает время и силы. Агрессивные люди менее успешны, а их успехи, достигнутые агрессивным путем, непрочны.

Помните, что любая агрессия таит в себе какую-то причину. Возможно, это может быть как метод самоутверждения, способ выразить так свои эмоции или просто незнание, как вести себя по-другому. Попробуйте поговорить со своим подростком и выяснить причину его недостойного поведения. Знайте, что в подростковом возрасте ребенок пытается кому-то наследовать. Может быть, он копирует именно ваше поведение или поведение своих биологических родителей.

Очень часто подростки становятся раздражительны из-за постоянных ссор и скандалов своих родителей. Задумайтесь, возможно, это является причиной такого же поведения ваших детей.

Агрессивные подростки не умеют сочувствовать другим и жалеть их. Родителям нужно попытаться разьяснить это им и научить их управлять своим поведением и эмоциями, расслабляться в том случаи, когда так хочется вспылить и наговорить много гадостей.

Большинство детей ведут себя агрессивно потому, что не знают как можно иначе. Нужно хорошо постараться объяснить им какими другими способами, кроме агрессии, можно решить ту или иную проблему.

Негативное и агрессивное отношение к другим людям у приемных подростков может быть следствием недостаточности теплоты и принятия в обществе.

Если ребенок стал совсем неконтролируемым, проявляет физическую агрессию по отношению к ровесникам и даже **взрослым, может понадобится помощь специалиста.** Но учтите, что нельзя просто сдать ребенка на руки психологу и надеяться на то, что он решит все проблемы. Часто родители усугубляют проявления подростковой агрессии, так что, возможно, психолог посоветует и вам кое-что пересмотреть в вашем поведении и отношениях с ребенком.

**Подростки, имеющие конфликтные отношения с родителями, чаще всего пытаются отстаивать свои права, такие как:**

- Право на самостоятельность, собственные предпочтения;
- Право на уважение к себе, своему мнению;
- Право выражать себя через прическу, одежду;
- Право самому выбирать себе друзей, профессию;
- Право поступать по-своему в мелочах; ➤ Право на секреты и тайны;
- Право на свободное время.

**Особенности протекания подросткового возраста у детей, переживших разлуку с биологической семьей:**

○ В подростковом возрасте ребенок может изменить свое отношение к приемным родителям, критиковать их, особенно когда испытывает обиду. Приемные дети часто пытаются быть похожими на своих биологических родителей. Если подросток обладает ограниченной информацией о биологической семье, он домысливает недостающие нюансы (порой идеализирует образ родителей), старается походить на воображаемый образ биологических родителей;

○ Может показаться, что подросток отрицает ценности, обычаи, религию и внешность замещающих родителей и принимает ту шкалу ценностей, которая, как ему представляется, существовала в его биологической семье;

○ Молодые люди настойчиво требуют независимости.

○ Парадоксально, но подросток, в глубине души страшась отделения от приемных родителей, может в то же время переходить все мыслимые границы, яро отстаивая свою независимость и заявляя о своей непричастности к семье: «Ты не можешь указывать мне, что делать! Ты мне не мать!» В моменты обострения отношений, возможно, вы услышите слова о том, что ему в родной семье было бы лучше, что вы плохие родители.

Ребенок считает, что его не любят или к нему плохо относятся, потому что он неродной;

○ В подростковый период ребенок продолжает переживать потерю своей биологической семьи - процесс, который начался на предыдущем этапе развития. Вторая стадия переживания - **агрессия**. Подросток вступает в эту стадию как раз в тот момент, когда заявляет о своем отрицании идентичности приемной семьи и отказывается от ее поддержки. Хотя подростковый возраст сопровождается агрессивностью у всех молодых людей, для приемных детей это чувство носит еще более ярко выраженный характер. Многие родители отмечают, что ребенок становится агрессивным примерно в двенадцать лет (девочки несколько раньше), а пик агрессии приходится на тринадцать или четырнадцать;

Осложнение отношений между взрослыми и ребенком, изменения в поведении появляются у любого ребенка в подростковом возрасте, когда просыпается интерес к своему «Я», истории своего появления. Между взрослыми и детьми может возникать отчуждение, теряется искренность, доверительность отношений. Взрослеющий ребенок, отстраняется от взрослых, у него появляются секреты. Он многое пробует, чтобы подтвердить свое взросление: покуливает, пробует алкоголь, употребляет бранные слова, грубит.

Трудности в общении у подростков – социальных сирот имеют глубокие корни. Младший подросток в такой ситуации подменяет недостающее ему общение либо агрессивными действиями, либо погружением в мир фантазии. У старшего подростка деформации в общении также могут проявиться в разных вариантах. Один из них – изоляция, когда ребенок стремится избегать контактов как с замещающими родителями, так и с другими воспитанниками. Он сосредоточен на своем «Я», на личной автономии, сверстники такому подростку неинтересны, а от взрослых он ждет только неприятностей и наказаний. Второй вариант – оппозиция, она проявляется в виде неприятия предложений, норм, исходящих от окружающих и в демонстративных действиях негативного характера. Третий вариант – агрессия. У подростка ярко выражено стремление причинять окружающим физический и психологический вред; разрушать отношения или предметы, вещи, что сопровождается чувствами гнева, враждебности, ненависти. Необходимо понимать, что агрессивное поведение подростка может быть и следствием неудовлетворенной потребности в самоутверждении.

Большинство поведенческих нарушений, в том числе алкоголизация и даже суицидальные попытки, носят демонстративный характер и на бессознательном уровне служат целям привлечения внимания, хотя окружающим нужно помнить, что и демонстративная суицидальная попытка может принести непоправимый вред подростку. Основные признаки неустойчивого типа акцентуации характера – это легкое подчинение чужому влиянию, безволие, отсутствие целеустремленности и склонность к праздному времяпрепровождению. Подростки с таким типом акцентуации легко вовлекаются в асоциальные группы, склонны к делинквентному (противоправному) поведению: кражам, разбою, хулиганству. Высока вероятность приема наркотиков или алкоголя. Побег из дома или воспитательных учреждений служат стремлению избежать наказаний или трудностей.

В подростковом возрасте все молодые люди настойчиво требуют независимости. Парадоксально, но подросток, в глубине души страшась отделения от усыновителей, может в то же время переходить все мыслимые границы, яростно отстаивая свою независимость и заявляя о своей непричастности к семье: «Ты не можешь указывать мне, что делать! Ты мне не мать!» В моменты обострения отношений, возможно, вы услышите слова о том, что ему в родной семье было бы лучше, что вы плохие родители. Ребенок считает, что его не любят или к нему плохо относятся, потому что он неродной.

Сверстники привлекают его больше, чем взрослые, проявляется интерес к лицам противоположного пола. Такое возникает и в семьях с родными детьми. Не наследственность этому главная причина, а особенности развития подростка. Подчеркиваем, что это кризис возраста. И главное здесь понимание трудностей ребенка, его проблем. Ни упреков, ни сожалений типа «И зачем мы тебя усыновили!» не должно прозвучать из ваших родительских уст. На эти слова должно быть наложено табу.



## Самые типичные ошибки в воспитании детей:

### 1. Гипопротекция.

Повышенная свобода действий у ребенка. Его поступки не контролируются. Родители ничего не знают о своём ребёнке, где и с кем он проводит время, чем увлекается. Родители формально выполняют свои функции, но не вкладывают в воспитание личностного смысла. В результате ребенок вынужден искать необходимые ему ценности и нормы вне семьи. И не всегда эти нормы не противоречат его здоровью, психике и общественному закону.

### 2. Гиперпротекция

Воспитание, в основе которого лежит повышенное внимание к ребенку и повышенный контроль над ним. Родители стремятся полностью контролировать поведение ребенка, заставить его копировать собственную ценностно-нормативную систему.

В подобной системе воспитания полностью игнорируется личность ребенка. Вследствие чего происходит резкое падение адаптивных способностей личности: конфликты со сверстниками, беспомощность, потребительская позиция.

А у многих подростков такой тип воспитания, наоборот, вызывает бурный протест, ведущий к обострению взаимоотношений с родителями и к различным нарушениям поведения.

### 3. «Кумир семьи»

«Мимозное воспитание». Целью родителей становится удовлетворение всех потребностей ребенка, стремление избавить его от любых трудностей. Ребенок в итоге становится эгоцентричным, всегда желает быть в центре внимания, все желаемое получать с легкостью, без особого труда. При столкновении с реальными жизненными трудностями он оказывается не в силах с ними справиться.

### 4. Эмоциональное отвержение.

Воспитание по типу Золушки. Мать или отец тяготеют ребенком, который постоянно ощущает это, особенно если в семье есть другой ребенок, получающий со стороны больше внимания. Такое воспитание способствует развитию повышенной ранимости и чувствительности, обидчивости и скрытности.

### 5. Жесткие взаимоотношения.

Жестокое отношение с суровыми расправами за мелкие проступки и непослушание вызывает у ребенка страх перед родителями, ожесточение. Из таких детей нередко вырастают жестокие люди.

### 6. Воспитание вундеркинда.

Родители стремятся дать ребенку как можно более широкое образование, развить его, чаще всего мнимые способности. Кроме учебы в школе, ребенок занимается музыкой, иностранным языком, спортом. Он постоянно занят, куда-то спешит. В таких случаях ребенок лишается возможности участвовать в детских играх, общаться со сверстниками. У него протест против такого режима. Он стремится избавиться от чрезмерных нагрузок, выполняя их формально. Такая загруженность способствует развитию повышенной истощаемости нервной системы и тревожности.

## Понимание, терпение, выдержка - главные принципы поведения в этот период

Не стесняйтесь обращаться со своими проблемами к специалистам, встречайтесь с теми, кто так же, как и вы, воспитывает приемного ребенка. Вы поймете, что нет безвыходных ситуаций. Через год-два, при разумном поведении взрослых, вы заметите, что эти проблемы уйдут, и, взрослея, ребенок оценит роль семьи в его жизни.

## Когда родителям пора беспокоиться... Что они могут сделать

Если подросток решил найти своих биологических родителей, нет необходимости считать это проблемой. Эти поиски говорят о том, что ваш ребенок просто испытывает острую потребность в информации о своих биологических корнях.

Следующие образцы поведения, скорее всего, являются показателями того, что подросток борется с проблемами, связанными с усыновлением:

- обвинения в несправедливом сравнении с биологическим ребенком;
- новые проблемы в школе, такие, например, как неспособность сосредоточить внимание на предмете;

- внезапное предубеждение по отношению к неизвестному;
- проблемы со сверстниками;
- эмоциональная закрытость, отказ делиться переживаниями.

Если стиль вашей семьи – открытость в общении, вполне вероятно, что вы справитесь с этими трудностями без профессиональной помощи.

Если же вы в прошлом испытывали дискомфорт, затрагивая в разговорах с ребенком тему усыновления, начать сейчас все заново будет довольно трудно. «Начинать беседовать с ребенком на эти темы нужно, когда ребенок еще достаточно мал. В противном случае, ваши дети поймут, что вам неудобно говорить об этом. Это как разговоры о сексе. Поговорить об этом один раз, когда ребенку исполнилось 12 лет, недостаточно». Но, тем не менее, даже если беседы об усыновлении не имели места ранее, родителям можно попробовать проявить инициативу сейчас, когда ребенок достиг подросткового возраста.

В любом случае, вы должны обратиться к специалисту, если заметили следующие явления:

- употребление наркотиков или алкоголя;
- резкое снижение оценок или участвовавшие пропуски школьных занятий;
- отдаление от семьи и друзей; - стремление к риску;
- попытки самоубийства.

### **Причины, мешающие приемным родителям понять и принять подрастающего**

**ребенка** ○ Недооценка значения роли общения со сверстниками в жизни подростка. Родители часто боятся, что приемный ребенок «свяжется» с дурной компанией, и они потеряют над ним контроль; ○ Стремление игнорировать взросление ребенка, желание как можно дольше управлять его делами; ○ Принятие проявлений развития волевых качеств подростка за проявление

упрямства и неуважения к приемным родителям; ○ Желание ребенка побыть одному родители часто принимают за отвержение семьи. Нежелание ребенка общаться с семьей замещающие родители принимают за отсутствие привязанности ребенка к семье; ○ Неприятие проявления у подростка симпатии и любви к противоположному

полу, обусловленное страхом ранних половых отношений у ребенка.

○ Многие проблемы, свойственные детям подросткового возраста, воспринимаются замещающими родителями остро в связи со страхом «генетических предрасположенностей». Страх того, что ребенок будет похож на своих биологических родителей и пойдет по их стопам, мешает взаимопониманию с подростком и поиску адекватных воспитательных подходов.

### **Проблемы в восприятии ребенка-подростка, обусловленные личностными особенностями замещающих родителей**

✓ Повышенные требования к ребенку. Создание идеального образа того, как должна сложиться жизнь ребенка, который был принят в семью. Особенно сильно это может проявляться у родителей, изначально мотивированных на то, «чтобы изменить судьбу ребенка и дать ему все самое лучшее», ощущение себя «вершителем судьбы» ребенка;

✓ Общение с взрослеющим ребенком, как с маленьким (сомнения в его возможностях и способностях), вызванное желанием как можно дольше быть для него главным человеком, страхом одиночества и родительской невостремленности.

### **Советы родителям**

Сегодня воспитывать подростка очень трудно. Ведь большую часть времени они находятся под влиянием других людей: школьных учителей, сверстников, соседей, телеведущих развлекательных программ.

В этом кроется одна из важнейших причин всех наших трудностей.

Многие родители чувствуют, что их некомпетентность, неподготовленность к выполнению родительских обязанностей сводит на нет любые их усилия. Но, с другой стороны, очевидно, что семья все еще оказывает огромное влияние на детей.

Именно семья может создать для подростка атмосферу душевного комфорта, помочь ему почувствовать свою защищенность, уверенность в себе, научить его правильно относиться к взрослым, сверстникам и маленьким детям и правильно реагировать в нестандартных ситуациях. Несмотря на множество людей и обстоятельств, оказывающих влияние на подростка, самым серьезным является *влияние семьи*.

Мы все совершаем ошибки, и как не существует идеальных детей, так нет и идеальных родителей. Нельзя, чтобы чувство вины за прошлые ошибки мешало вам в воспитании ваших детей.

Подростковый период – трудный возраст, где родителям легко потерять контакт с детьми, войти в непродуктивные конфликты. С другой стороны, недостаток родительской требовательности – попустительство – чревато будущими проблемами.

С подростками нужно разговаривать, даже когда их стиль общения неприемлем для родителей. Нужно иметь силу и смелость сказать «нет» тем вещам, которые считаются недопустимыми. Подростки склонны к импульсивным решениям – родители должны поставить этому твердый заслон, одновременно с этим демонстрируя взвешенность в решениях собственных и готовность неторопливо обсуждать с подростками их собственные намерения.

В хороших семьях с детьми-подростками разговаривают тепло, спокойно и поделовому, как со взрослыми. Твердость - необходима, поскольку подростка в это время может "заносить". Нет, на ночь в гости не отпускаю. Нет, сейчас не гулять, а помочь по дому. При этом важно - стремиться разговаривать, разговаривать, быть рядом с тем, что их волнует, помогать им ориентироваться в их проблемах и их поддерживать.

Мудрые родители не разрешают подросткам вести себя по хамски, оставляя все естественные в хорошей семье требования к достойному поведению. Кризис - кризисом, а грубить маме нормальный отец не разрешит ни сыну, ни дочери.

Наблюдая за импульсивным и непредсказуемым поведением подростка, родители нередко теряются и не знают, как не потерять контроль над ситуацией. В этом случае упреки, давление, угрозы, шантаж малоэффективны. Это только разозлит подростка и вызовет еще более бурную волну сопротивления, приведет к тому, что он полностью перестанет доверять родителям и будет воспринимать их как врагов, желающих отобрать его свободу и растоптать его идеалы.

В глубине души подростки ждут от родителей совсем другого. Каждый подросток хочет, чтобы родители его понимали, чтобы они любили его и были ему друзьями, были внимательны к его жизни, но ненавязчивы. Проявляли участие в его жизни, но не требовали от него полной откровенности и повиновения.

Конфликт между родителями и ребенком разрешается только путем конструктивного диалога, терпения и гибкости. Причем первый шаг к примирению лучше делать родителям, так как подросткам не хватает смелости, чтобы первыми пойти на контакт.

❖ Проявляйте терпение и понимание к поведению подростка. Станьте для него людьми, которым он может доверять, которые не осудят его и будут любить в любом случае. Станьте людьми, с которых он может брать пример.

❖ Отнеситесь к ребенку, как ко взрослому человеку. Дайте ему свободу выбора, но объясните, что свобода выбора предполагает ответственность и понимание последствий своих действий. И родители не всегда будут рядом, чтобы исправить ситуацию.

❖ Интересуйтесь жизнью ребенка, но не критикуйте его поступки и не поучайте его. Вы можете только выразить свое мнение и сказать: «Ты точно решил сделать это? Ты все хорошо продумал?», «Скажите мне, там будет безопасно? Я беспокоюсь о тебе», «Ты честен со мной? Ты можешь смело мне все рассказать, я не буду судить тебя», «Как я могу тебя поддержать? Ты можешь обратиться ко мне за помощью в любое время», «Ты готов к завтрашней учебе? Ты же знаешь, что завтра важный день».

❖ Всегда аргументируйте своей запрет или отказ, чтобы подросток понимал причины ваших поступков. Разрешите ему доказать свою правоту и выслушайте его мнение. Дайте ему

возможность переубедить вас. Таким образом, вы научите его решать конфликты без криков и агрессии.

❖ Задавайте больше вопросов: «Почему ты злишься на меня?», «Что тебя беспокоит?», «Зачем ты так поступаешь?», «Что мне нужно сделать, чтобы ты меня услышал?».

❖ Комментируйте действия подростка: «Я вижу, ты расстроен. Давай вместе все обсудим в спокойной обстановке». «Если ты сейчас уйдешь, мы не сможем решить эту задачу».

❖ Используйте в разговоре фразы, располагающие к общению и доверию: «Я люблю тебя», «Я понимаю тебя», «Я доверяю тебе», «Я знаю, ты не поведешь», «Ты уже совсем взрослый, я могу на тебя положиться!». Нужно объяснить подростку, что если он будет держать свое слово, уважать просьбы родителей, то они будут доверять ему, и не будут навязывать свою точку зрения или ограничивать в действиях. Получается выгодное сотрудничество, разумный компромисс, который можно найти практически в любой ситуации.

Есть, как минимум, восемь вещей, которые важно учитывать при общении с подростком. Именно они влияют на формирование значимости и важности подростка, на его самооценку и уверенность в своих силах и достижении желаемого. Это:

- *Когда я был в твоём возрасте... (говоря эти слова, взрослый подчеркивает свою зрелость и успешность уже в те далекие времена, при этом занижает способности подростка).*

- *Ты просто не понимаешь! (подчеркивается незрелость личности и собственная «умность»).*

- *Ты только думаешь, что у тебя есть какие-то проблемы (на самом деле, даже незначительная на взгляд взрослого проблема, у подростка может вызвать не только сильнейшие страдания, но даже и суицид).*

- *У меня нет времени, чтобы выслушать тебя сейчас (у взрослого есть дела поважнее, чем заниматься проблемами ребенка).*

- *Делай то, что я говорю, а не то, что я делаю (я могу нарушать правила, а ты нет).*

- *Потому, что я приказал тебе! (ты полностью в моей власти, я управляю твоей жизнью).*

- *Да почему же ты не можешь быть похожим на...(ты не «дотягиваешь» до идеального образца, ты хуже, чем он).*

- *Однажды ты вспомнишь этот день...(ты не должен поступать по своему усмотрению, я лучше знаю, как сделать, у меня же больше опыта).*

Кроме предыдущих восьми посланий, у взрослых в воспитательном арсенале есть еще и **коммуникационные барьеры**, которые делают подростка менее умным, менее сильным, менее знающим. Барьеры инфантилизируют его, вмешиваясь в его собственный путь набора опыта. Это:

➤ **Команды, приказы, указания:** «Вынеси ведро!», «Сейчас же перестань!», «Ты должен сделать...», «Перестань жаловаться...». Родители пытаются контролировать ситуацию, дать ребенку быстрые решения. Ребенок это воспринимает, как: «Ты не имеешь право выбирать способ своих действий и решений».

➤ **Предупреждения, предостережения, угрозы:** «Если ты не прекратишь, я ... » ➤ **Советы, готовые решения:** «А ты возьми и скажи ... », «А почему бы тебе...», «Я придумал, как...». Родители пытаются повлиять на ребенка аргументами или мыслями. Ребенок воспринимает это как: «У тебя нет достаточно ума, чтобы найти собственное решение».

➤ **Доказательства. Логические выводы. Нотации:** «Без конца отвлекаешься, вот и делаешь ошибки».

➤ **Критика. Выговоры, обвинения:** «Все из-за тебя!». Критика, особенно от близких или значимых людей - может воспринимается подростком как угроза личности в целом, как послание мира: «Ты недостаточно хорош. Лучше бы тебя не было».

➤ **Похвала:** «Ты такой храбрый, тебе все нипочем!» Как ни странно, похвала тоже не идет впрок: она либо крайне смущает, воспринимается мучительно, поскольку всегда кажется «незаслуженной», «неискренней», либо превращается в необходимый допинг, и тогда человеком легко можно управлять с помощью лести и комплиментов.

➤ **Утешения:** «Да не так уж это плохо...», «Все будет хорошо». Родители пытаются уменьшить переживания ребенка, чтобы тот почувствовал себя лучше. Восприятие ребенком: «Ты не имеешь права на свои чувства, ты не можешь преодолеть дискомфорт».

➤ **Допросы, расследование:** «Что же случилось?», «Что ты ему сделал?». Побуждения у родителей очень даже понятные, есть желание найти корень проблемы, узнать, что ребенок сделал не так. Он же воспринимает это как: «Ты где-то что-то натворил...».

➤ **Догадки, интерпретации:** «Небось, опять подрался!»

➤ **Психологический анализ:** «Ты знаешь, почему ты это сказал?». Родители намерены путем анализа проблемы предотвратить будущие проблемы, а ребенок воспринимает это, как «Я знаю о тебе больше тебя самого, я уже предвижу последствия».

➤ **Обзывание, высмеивание, сарказм:** «Ты лентяй!», «Надо же было до такого додуматься...», «Это же надо было так поступить». Ребенок воспринимает это замечание как «Ты глупый», а родители, посмеиваясь, всего лишь хотят показать ему, каким неправильным было его поведение.

➤ **Морализаторство:** «Нужно было сделать так...». Родители хотят показать ребенку «правильный» способ справиться с проблемой, а он воспринимает это как навязывание ему чужих решений: «...И не старайся выбирать свои собственные ценности».

➤ **Сочувствие на словах, уговоры:** «Успокойся, не обращай внимания!»

➤ **Подчеркивание значимости родителей:** «Я-все-знаю». Когда родители объясняют ребенку, что «на самом деле решение очень простое», ребенок чувствует, что он знает очень мало или совсем ничего, а родители дают «скрытое» послание о том, что для преодоления любых проблем у него есть родители.

Гораздо лучше работают «Я-высказывания», то есть высказывания о себе, о своих чувствах, проблемах и потребностях. Лучше всего разница между «Я-высказываниями» и привычными способами выразить недовольство можно увидеть в сравнении:

Как не стыдно шуметь, когда человек отдыхает!	Я очень устал, мне необходимо поспать, не шуми, пожалуйста!
Ты опять не убрал со стола!	Я не люблю, когда на кухне грязь. Мне неприятно убирать за всеми.
Почему ты меня не слушаешь?	Я хочу, чтобы ты меня услышал.
От тебя помощи не дождешься!	Я прошу тебя мне помочь. Помогите мне, пожалуйста!
Не говори со мной таким тоном!	Мне неприятно, когда ты грубишь.
У тебя совесть есть – приходите домой в час ночи?	Я не могла уснуть и очень волновалась.

➤ Действенность Я-высказываний заключается в том, что их невозможно оспорить. Если человек говорит: «Я волнуюсь, мне обидно, мне неприятно, я хочу, мне нужно», с этим невозможно спорить. Ему виднее! А когда он говорит: «Ты грубишь, ты не помогаешь, у тебя нет совести», сразу же возникает протест. Употребляя Я-высказывания, мы демонстрируем собеседнику, что не намерены залезать на его территорию, «учить его жить». Мы просто говорим о своих чувствах, потребностях, трудностях и верим, что ему это не все равно, что он постарается вникнуть и чем-то помочь. Мы даем ребенку понять, что наша с ним связь в безопасности, даже если его поведение нам не нравится.

Подросткам дорого доверие окружающих. Они готовы свернуть горы лишь бы доказать, что они заслуживают его. Если подросток поймет, что ему доверяют, то ему будет очень сложно переступить через совесть, потому что доверие и дружба для подростка самое ценное. Он

исполнит обещание, потому что будет знать, что его уважают и ценят, ему доверили взрослые сделать важную работу. Так и происходит взросление.

Если родители проявят терпение и понимание, то подросток сам расскажет им свои секреты, когда он запутается и ему не хватит собственного опыта. Он будет искать самого мудрого и доброго человека, который его не осудит. Если родители постараются быть такими, то подросток придёт за советом именно к ним.

В подростковом возрасте авторитет родителей резко падает, на первое место у подростка выходит сфера общения с ровесниками, построение близких отношений с противоположным полом.

**Первая подростковая влюбленность остается в нашей памяти на долгие годы.** Но став родителями сами, мы нередко забываем о той поре. А когда наше собственное чадо признается, что к нему пришла любовь, порой, мы оказываемся совершенно не готовы к этому событию. Особенно, если это происходит в весьма юном возрасте.

Зачастую родители откровенно недоумевают и даже высказывают свое возмущение: «Какая еще любовь в таком-то возрасте!» А уж если предмет обожания сына или дочери не так хорош, как хотелось бы, некоторые и вовсе пытаются «открыть глаза» своему неразумному отпрыску, проводя бесконечные беседы на тему «не для того мы тебя растили...» В результате - взаимное непонимание и напряженность во взаимоотношениях. Для ребенка невероятно важно, чтобы окружающие завидовали и восхищались. Таким объектом восхищения может стать симпатичная подружка или обворожительный молодой человек. Иногда подросток заводит отношения лишь потому, что хочет казаться более взрослым. Какие бы мотивы не руководили вашим ребенком, постарайтесь унять свой родительский пыл и соблюдать следующие правила.

**Правило первое:** обязательно познакомьтесь с избранником или избранницей своего ребенка. Не стоит делать поспешных выводов, не поговорив, не узнав человека поближе. Возможно, он не так плох, как вам показалось на первый взгляд.

**Правило второе:** придерживайте претензии и критику. Не стоит многозначительно указывать своему сыну на недостатки его подружки или убеждать дочь, что этот мальчик ей не пара. Это лишь ухудшит ситуацию. Лучше попытайтесь вывести его на откровенный разговор, чтобы понять, что его так привлекло в предмете обожания.

**Правило третье:** не превращайте доверительный разговор в нравоучение. Упреками и нотациями вы лишь понизите его самооценку, и тогда он попытается самоутвердиться за счет других. Лучше хвалить его, причем искренне. Говорите о его достоинствах, и, будучи уверенным в себе, он будет искать себе достойного партнера.

**Правило четвертое:** дайте ему ошибиться. Да, первая любовь может принести болезненные и мучительные переживания. Но поверьте, наперед уберечь его от всех бед вы не сможете. Так не лучше ли дать ему возможность приобрести свой собственный опыт?

**Правило пятое:** не пытайтесь посорить молодых влюбленных. Если вы не можете одобрить выбор сына или дочери, то хотя бы уважайте его. Помните, что влезая в отношения влюбленных, вы рискуете остаться виновными во всех его неудачах. И даже много лет спустя, он может припомнить вам, как вы пытались разрушить хрупкие чувства.

**Правило шестое:** не забудьте поговорить о контрацепции. Конечно, мысль о том, что совсем юное создание познает радости секса, вряд ли кого обрадует. Чаще родители предпочитают не думать об этом, полагая, что еще слишком рано. Но не стоит быть страусом, спасающимся от проблем, пряча голову в песок. Современные дети взрослеют куда быстрее, чем два-три поколения назад. А отсутствие необходимых знаний, взрывной характер эмоций и повышенный гормональный фон могут сыграть злую шутку. Так что, лучше поговорить заранее. Потом может быть поздно.

**Правило седьмое:** станьте своему ребенку настоящим и искренним другом. Ведь он только вступает во взрослую жизнь, и своевременный добрый совет родителя поможет справиться с первыми любовными переживаниями.

## РЕКОМЕНДАЦИИ

- ❖ Стройте свои отношения на любви и уважении к подростку.
- ❖ Замечайте все черты ребенка, но в воспитании опирайтесь на сильные стороны его личности.
- ❖ Откажитесь от жесткого контроля и несправедливой критики.
- ❖ Замечания высказывайте в вежливой форме и наедине.
- ❖ В своих требованиях учитывайте силы и возможности подростка, особенности его характера, эмоциональное состояние.
- ❖ Поддерживайте ребенка при неудачах.
- ❖ Дайте право себе и ребенку на проявление позитивных и негативных чувств.
- ❖ Придерживайтесь в воспитании подростка трех правил (три «кита»):
  - *эмоциональная поддержка;*
  - *уважение его автономности, взросления.*
  - *грамотная структура требований.*

Специалисты считают, что подростки приживаются далеко не в каждой семье. Неприятие может произойти как со стороны родителей, не сумевших справиться с переходным возрастом, так и со стороны воспитанников, так и не сломавших лед недоверия к миру и использующих взрослых только для того, чтобы выжить. Воспитание сироты-подростка – долгий и тернистый путь. И, **если ребенок сумеет понять, а взрослые - донести до него важность семейных уз, разобраться с ролью родителя и стать настоящей защитой и опорой, то в мире станет на одного счастливого человека больше!**

### *Рекомендуемая литература:*

1. **Проблемы подросткового периода – ответы психолога на вопросы** можно прочесть по ссылке [http://www.psychologos.ru/articles/view/problemny\\_podrostkovogo\\_perioda\\_dobson](http://www.psychologos.ru/articles/view/problemny_podrostkovogo_perioda_dobson)
2. Книгу **«Дети в приемной семье. Советы начинающим родителям-воспитателям»** можно скачать по ссылке: [http://www.google.ru/url?url=http://innewfamily.ru/menu2/2IvanovaZavodilkina.doc&rct=j&q=&esrc=s&sa=U&ved=0CBkQFjAAahUKEwiYzsXbk9\\_GAhWBVNHKHVoiADU&usg=AFQjCNEQ1cn-GOirW7CCBFkCHegxiozoxg](http://www.google.ru/url?url=http://innewfamily.ru/menu2/2IvanovaZavodilkina.doc&rct=j&q=&esrc=s&sa=U&ved=0CBkQFjAAahUKEwiYzsXbk9_GAhWBVNHKHVoiADU&usg=AFQjCNEQ1cn-GOirW7CCBFkCHegxiozoxg)

Книга посвящена проблемам воспитания в приемной семье детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Приемная семья — наилучший путь помощи детям, нуждающимся в родительской любви и заботе. Воспитание и развитие таких детей — дело трудное. Эти основные трудности и пути их преодоления освещаются в данной работе.



3. С книгой **Эда Ле Шан «Когда Ваш ребенок сводит Вас с ума»** можно познакомиться по ссылке [http://mdou-4.ru/uploads/reb\\_svod\\_s\\_uma.pdf](http://mdou-4.ru/uploads/reb_svod_s_uma.pdf)  
Психолог Эда Ле Шан анализирует типичные конфликтные ситуации, возникающие практически в каждой семье, помогает родителям точно и быстро установить причины негативного поведения ребенка, понять детей и усвоить психологические рекомендации по их воспитанию.

4. Книгу Франсуаза Дольто **«НА СТОРОНЕ РЕБЕНКА»** можно скачать по ссылке: <http://www.klex.ru/ep7>

Глубокое всестороннее исследование детства и личности ребенка, предпринятое Франсуазой Дольто в произведении «На стороне ребенка», принесло автору всемирную известность. Для Ф. Дольто существенно все: права ребенка, реформа образования, аутизм, влияние телевидения и компьютера, детская сексуальность, детские комплексы, раннее развитие и т.д. Она ведет читателя за собой, лишая его привычных стереотипов, уплощенного восприятия детства, позволяя посредством тонкого, целостного анализа увидеть многомерность мира ребенка,



его сложность и неоднозначность. За методом Ф.Дольто-психоаналитика стоит подход философа, психолога, социолога - личности, чутко улавливающей происходящие в мире изменения и их отражение на системах воспитания и образования детей



5. Книгу **Росс Кэмпбелл «Как любить своего подростка?»** можно скачать по ссылке: <http://u.jimdo.com/www400/o/se4b928d3c7a8c418/download/mb960b7fcedc9a88c/1432008866/Love.rtf>

Эта популярная, ставшая бестселлером книга, дополненная новыми материалами о гневе, расстройстве внимания и духовном воспитании, стала еще более актуальной. Доктор Кэмпбелл предлагает способы, с помощью которых вы сможете выработать целостный подход к воспитанию подростка, а также помогает понять, как выражать безусловную любовь, что делать, если у подростка депрессия, и как помочь ему в его духовном и интеллектуальном росте.

6. Книгу для подростков **«Пойми, как ты вырастешь»** можно скачать по ссылке: <http://u.jimdo.com/www400/o/se4b928d3c7a8c418/download/m2e5a880de8b3b3d4/1432008866/Poimi.pdf>

Данная книга подскажет родителям, как объяснить ребенку сложные и часто болезненные аспекты его прошлого; поможет найти подходящее время и поделиться с ребенком информацией о его истории. Издание адресовано подросткам, будет интересно также родителям и работающим с молодежью специалистам.

7. Книгу **Л.Петрановской «Если с ребенком трудно»** можно скачать/читать по ссылке <http://www.litres.ru/static/trials/06/28/17/06281784.a4.pdf> Книга известного семейного психолога адресована родителям детей и подростков с особенностями поведения. Издание поможет найти с ребенком общий язык, сориентироваться в сложных ситуациях и конфликтах, достойно выйти из них, сохранить терпение, восстановить понимание и мир в семье.



8. Это практическое руководство по усовершенствованию общения родителей и детей. "Изменяясь сам, изменяю других" вот кредо авторов книги. Книгу эту они адресуют отчаявшимся, испробовавшим уже, казалось бы, все средства родителям "беспокойных" подростков.



9. Книгу **Роберт Баярд «Ваш беспокойный подросток»** можно скачать по ссылкам: [http://podrostok-lib.ucoz.ru/knigi/vash\\_bespokojnij\\_podrostok.pdf](http://podrostok-lib.ucoz.ru/knigi/vash_bespokojnij_podrostok.pdf), <http://u.jimdo.com/www400/o/se4b928d3c7a8c418/download/m03a9deb85b2d2507/1432008866/Podrostok.doc>. Книга рассказывает, как развить в ребенке дух сотрудничества, отзывчивость и уверенность в себе.

10. Книга предназначена психологам, педагогам и родителям. Книгу В. Казанская **«Подросток. Трудности взросления»** можно скачать по ссылке:

<http://u.jimdo.com/www400/o/se4b928d3c7a8c418/download/m91a598e7e9bf028a/1432008866/Podrostok.rar>

Специалисты, работающие с подростками, и родители, имеющие детей этого возраста, знают, насколько сложен и труден период взросления. Автор книги, опираясь на исследования, личный практический опыт работы и консультирования, рассматривает изменения, происходящие в самосознании подростка, поиск им своего места в обществе. Какую роль играют учителя и родители в этот период? Какую помощь может оказать психолог? Как реагировать на капризы, упрямство, своеволие подростка? Что должны делать учителя и родители, чтобы предотвратить суицидальные попытки, опасность рискованных мероприятий? Разбирая конкретные примеры и случаи, автор отвечает на многие вопросы, возникающие как у специалистов, так и у родителей.



11. Книгу **«Побег подростков из дома»** можно скачать по ссылке:

<http://u.jimdo.com/www400/o/se4b928d3c7a8c418/download/m7cde241f650cf24e/1432008866/Pobeg.doc>

Данная книга посвящена аномальному поведению подростка, факторам, влияющим на формирование такого поведения, кризисам подросткового периода.



## 12. С тренингом "Личностного развития для подростков"

МОЖНО

познакомиться по ссылке: <http://www.vashpsixolog.ru/index.php/correctional-work-school-psychologist/45trainings/903-training-personal-development-for-teenagers>

## 13. С тренингом "Личностного развития для подростков 2"

МОЖНО

познакомиться по ссылке: <http://www.vashpsixolog.ru/correctional-work-school-psychologist/45trainings/904-training-personal-development-for-teenagers-2>

## 14. С тренингом общения для старшеклассников можно познакомиться по

ссылке: <http://www.vashpsixolog.ru/correctional-work-school-psychologist/45-trainings/1959-treningobshheniya-dlya-starsheklassnikov>

## 15. С тренингом социальных навыков и поведения, направленного на сохранение здоровья подростков можно познакомиться по ссылке:

<http://www.vashpsixolog.ru/correctional-work-school-psychologist/45-trainings/1258-trening-soczialnyxnavykov-i-povedenianapravlenno-na-soxranenie-zdorovya-podrostkov>

### *Видео по теме:*

1. Вебинар **Л.Петрановской "Особенности воспитания подростков"**(1 ч 20 мин 24 сек) можно посмотреть по ссылке: <https://www.youtube.com/watch?v=Vsci7WPo9eo>

2. Вебинар **Е.Дёминой «Подростки. Как помочь семье и ребенку пройти переходный возраст»** (1 ч 28 мин 55 сек) можно посмотреть по ссылке: <https://www.youtube.com/watch?v=icj9qA1HPso>

3. Вебинар **Н.Гордиевской «Подросток в приемной семье: к чему быть готовым. Гостевой режим: «за» и «против»»** (1 ч 1 мин 4 сек) можно посмотреть по ссылке: <https://www.youtube.com/watch?v=yUnAvbgherI>