

Что могут делать родители, чтобы предупредить ситуацию уходов и побегов подростков из дома?

1. Принятие факта, что ваш сын или дочь - уже не ребёнок (по крайней мере, он или она хочет, чтобы все вокруг так думали), поэтому и отношения с подростком нужно строить ПАРТНЕРСКИЕ. Это значит, что директивный стиль взаимоотношений типа "как я сказал, так и будет" можно с почестями похоронить. Важно предоставлять информацию и факты, а выводы подросток будет делать сам. Многие "капризы" подростков можно понять и принять, если знать психологическую подоплеку их поведения.

2. Общение со сверстниками необходимо подросткам как дыхание, и они чувствуют себя неполноценными, если это стремление остается не реализованным. Очень важно, чтобы у сына или дочери была возможность встречаться с друзьями дома. Даже если у подростка нет собственной комнаты, предоставьте ему "крышу" для общения со сверстниками. И тогда дом для детей станет самым притягательным местом.

3. Никогда не угрожайте подростку, что выгоните его из дома, если он сделает что-то не так. К примеру, заявления родителей, чтобы дочь не переступала порог дома, если с ней случится беда (ранняя беременность, изнасилование, опыт употребления наркотиков), могут обернуться трагедией. Вообще, подросток воспринимает любые угрозы как руководство к действию. Боясь, что его действительно выгонят, он уходит сам.

4. Старайтесь вместе решать, как проводить досуг. Если свободное время заполнить интересными и полезными занятиями, многие проблемы будут решены. Подростки готовы посещать любые секции за компанию с приятелем или одноклассником. Организуйте такую компанию, пусть даже для этого вам

придется заплатить за абонемент друга или подружки. Все-таки бассейн или секция каратэ - это гораздо лучше, чем "беспризорный" досуг.

5. Старайтесь принимать любые откровения сына или дочери как признак огромного доверия к вам. Выслушивайте подростка всегда, особенно если он хочет поделиться чем-то сокровенным. Ни в коем случае не высказывайте категоричных суждений в его адрес вроде: "Я предупреждала тебя, что так получится!" Не отбивайте у подростка желания советоваться с вами. И тогда с любой проблемой он прибежит именно к вам, зная, что его поддержат и не осудят.

Все дети разные, у каждого своего характера, свои привычки и особенности, у каждого своя нервная система. **Поэтому родители должны четко усвоить - ребенок - это не ваша собственность, это совершенно отдельная и самостоятельная единица вашей жизни.** Поэтому, как только вы, уважаемые родители, начали замечать, что в ваших отношениях с детьми появилось напряжение, срочно принимайте меры для выяснения причины. Особенно в подростковом возрасте, когда все реакции обострены, никогда не знаешь, что вызовет у подростка бурную реакцию. И обратите внимание - эти бурные реакции возникают в ответ на те неприятности, которые выводят из себя и вас, взрослых.

По интересующим Вас вопросам можете обратиться к специалистам отделения по адресу: рп Залари, ул. Дзержинского 54 А, каб. № 11.

Тел. 8(39552)2-11-60

Относиться к детям нужно так, как каждый взрослый хотел бы, чтобы относились к нему самому.

Областное государственное бюджетное учреждение социального обслуживания

«Социально - реабилитационный центр для несовершеннолетних Заларинского района»

Отделение сопровождения замещающих семей

Бродяжничество несовершеннолетних



Сталкиваясь с проблемами в поведении наших детей, мы испытываем достаточно разрушительные чувства: негодование, обиду, отчаяние, тревогу, страх, огорчение и обратная связь - ребенок, сталкиваясь с проблемами в поведении родителей испытывает негодование, обиду, отчаяние, тревогу, страх и огорчение.

Залари

Поведенческая реакция в виде уходов из дома, может быть мотивированной и немотивированной.

Мотивированная поведенческая реакция ухода обусловлена психологически понятными причинами и вытекает из самой ситуации, в которой оказался подросток (к примеру, побег из летнего лагеря, где подростка унижали сверстники или уход из дома после серьезного конфликта в семье, с родителями). Это не самый лучший способ реагирования, но если подросток реагирует именно так, то значит он не научился применять другие стратегии реагирования в конфликтных ситуациях и использует стратегию избегания. И задача родителей научить его разнообразным стратегиям поведения (к примеру, обратиться к администрации лагеря, позвонить родителям, научиться отстаивать свои права и соблюдать права родителей или обратиться за помощью к учителю в школе, к другим родственникам - во второй, но не убежать в "никуда" и не подвергать свою жизнь и здоровье опасности).

Немотивированные уходы и побег психологически непонятны окружающим и могут быть совсем не связаны с ситуацией, в которой находился подросток перед уходом или побегом. К примеру, вдруг, на фоне полного благополучия, подросток собирается и исчезает "погулять", и гуляет несколько дней или даже недель. Такой уход возникает чаще на фоне нарушений в сфере влечений, неодолимой жажды приключений.

Как помочь вам, родители, эффективно взаимодействовать с детьми, чтобы они чувствовали себя с вами спокойно и уверенно, чтобы были для них самой авторитетной группой и самой веселой компанией?

Вот несколько рецептов:

-слушайте своего ребенка;
-проводите с ним как можно больше времени (игры, совместное чтение книг, походы, совместные прогулки, совместные покупки, совместные развлечения и отдых; совместное приготовление пищи);

-делитесь с ребенком своим опытом: рассказывайте ему о своем детстве, о трудностях, радостях, ошибках и переживаниях;

-если в семье несколько детей, постарайтесь уделять свое «безраздельное» внимание каждому из них в отдельности, а не только всем вместе одновременно.

Следите за собой, особенно в те минуты, когда вы находитесь под действием стресса, раздражены:

-скажите себе "СТОП" и посчитайте до 10;

- не прикасайтесь к ребенку или лучше уйдите в другую комнату;

-отложите совместные дела с ребенком (если это возможно);

-двигайтесь намеренно медленнее;

-дышите глубже и медленнее, намеренно сбавьте громкость и тон голоса, не хлопайте дверью.

Если вы расстроены, скажите детям о вашем состоянии, о своих чувствах, желаниях и потребностях, используя «Я - сообщение» вместо того, чтобы срывать свое недовольство на детей:

-«Извини, я очень устала на работе. У меня не все ладится. Был очень трудный день. Сейчас я попью чаю, немного отдохну, а потом мы с тобой поговорим»;

-«Я очень расстроена, у меня ужасное настроение. Я хочу побыть одна. Пожалуйста, поиграй в соседней комнате»;

-«Извини, я сейчас очень раздражена. Ты абсолютно ни при чем и ни в чем не виноват. Сейчас я приведу себя в порядок и приду к тебе».

В минуты, когда вы расстроены или разгневаны: сделайте для себя что-нибудь приятное, что могло бы вас успокоить: примите ванну, выпейте чаю; послушайте любимую музыку; просто расслабьтесь на диване; используйте глубокое дыхание, выдыхайте свой гнев в виде облачка.

Старайтесь предвидеть и предотвратить возможные неприятности (ситуации), которые могут вызвать ваш гнев эмоциональный срыв:

-не позволяйте выводить себя из равновесия - управляйте собой.

Что делать, если подросток уже ушел из дома или такая ситуация повторяется из раза в раз?

Не пытайтесь решить проблему силовыми методами. Некоторые родители, боясь очередного побега, прячут вещи подростка, запирают его в квартире и т. д. В этом возрасте очень сильно развито стремление к противоречию. Поэтому драконовские меры могут только усилить желание подростка вырваться из дома.

Необходимо проанализировать, почему сыну или дочери было неуютно с вами. Быть может, что-то изменилось в отношениях взрослых? Тогда стоит подумать, как оградить подростка от своих взрослых проблем.

Ситуация действительно нестандартная, поэтому вам может потребоваться помощь психотерапевта. Хорошо, если вы найдете "узкого" специалиста, который не первый год работает с детьми и подростками. И, конечно, замечательно, если на прием к нему вы придете вместе с ребенком. Всевозможных психологических центров и консультаций сейчас достаточно, поэтому можно обратиться к нескольким специалистам, чтобы найти наиболее близкого по убеждениям. Не пытайтесь заманить ребенка в кабинет психотерапевта обманом. Помните, что дети очень хорошо чувствуют ложь взрослых и непоследовательность родителей принимается ими за образец поведения.

Впрочем, если вашему "ребенку" уже исполнилось 17-18 лет, его уход из дома надо воспринимать как нормальное развитие событий. К сожалению, родители, особенно мамы, очень тяжело переживают подобную разлуку. Однако стоит с этим смириться и даже почувствовать преимущества отдельного житья.