

Вы и ваш подросток в самоизоляции

Как организовать жизнь в семье, где есть маленький ребёнок, говорят многие. А вот если в семье подросток? Как организовать общение и образ жизни, чтобы не разрушить отношения? В рамках акции «Народный родительский антивирус» #НРА предлагаем мысли известного эксперта в области родительского просвещения, автора книги «Как стать ребёнку другом, оставаясь его родителем» Марины Солотовой.

Сегодня мы проснулись от криков соседа сверху. Кричал он на 14-летнюю дочь. «Уже десять! Десять!!! Я повторяю – ДЕСЯТЬ!!!». Все это сопровождалось лексикой, которую процитировать по известной причине не могу.

А потом мне написала девочка с просьбой о разговоре. Она очень боится того, что будет. Девочка учится в 9 классе и «что же теперь с ОГЭ? Как я в колледж поступлю?». По всем признакам у девочки начались панические атаки.

Мы впервые столкнулись с ситуацией необходимости изоляции всех членов семьи на одной территории. Вся семья в сборе 24/7. Вот такое вот испытание...

Наша с вами родительская задача – не обострить отношения с детьми, особенно подростками. Именно про них я сейчас и буду говорить, потому что они сегодня более остальных в группе риска. В смысле не подхватить вирус, а ступить на тропу войны с родителями.

Мы все сейчас на подводной лодке, где от действий каждого зависит жизнь и здоровье всего экипажа. Экипаж должен вернуться из похода живым, здоровым и выполнив задачу. Задача – укрепить отношения. Наладить то, что барахлило. Сохранить в рабочем состоянии то, что работало. Не допустить поломок там, где их не было.

Чего не надо делать!

- Банально, но все-таки. Кричать и ругаться. Начинаем, естественно, с себя. Уйти, хлопнув дверью, подышать не получится. Существовать в напряженной тишине долго – тоже. Поэтому объявляем мораторий на повышенный тон. Что бы ни случилось. Не стоит доводить ситуацию до края. Самое простое и эффективное – договориться. Если человек чувствует, что говорить спокойно больше не может, он поднимает правую руку (или левую, или приседает – подает понятный всем знак) и удаляется в свой угол. При этом остальные не бегут за ним с криками «Нет, ты мне ответь, почему!!!», а понимают – человеку надо остыть. Все остыли – собрались и обсудили, что произошло и почему.

- Того, что не делали в мирное время. Вы же не сидели с ребенком 6 часов за партой? Вот и сейчас не сидите. В обычном режиме мы будим ребенка утром, кормим завтраком и отправляем в школу. Вот и сейчас надо делать то же самое. Разбудили, поцеловали, накормили, отправили за рабочее место и все! Разве что поинтересоваться, удалось ли подключиться к платформе для дистанционных занятий, и на этом достаточно. И силы сэкономите, и отношения не испортите. Жалуются учителя? Объясните, что дистанционка – это не повод работать ВМЕСТО учителя. Никто не знает, что и как будет. Как будут аттестовывать, продлят ли учебный год или, наоборот, завершат его раньше, по каким критериям будут оценивать контрольные работы и как их пишут и так далее. Вопросов сейчас на порядок больше, чем ответов. Решения могут меняться по щелчку. Не стоит с разбегу бросаться каждое выполнять. В конце концов, что изменится, если эти 1- 2

-3 -6 (тьфу 3 раза, чур меня!) месяцев ребенок проведет в облегченном режиме? Разве что окрепнет и соскучится по школе.

Кстати, многие учителя приняли переход на дистанционное обучение как команду «Ату их!». Заданиями нагружают – мама не горюй. Пусть ваш подросток сам выберет, в каком объеме ему выполнять задания. В конце концов исправить будет не так уж и трудно. Вообще я бы сейчас посоветовала сделать акцент на дополнительном образовании. Не раздумывая соглашайтесь, если в кружках, секциях, студиях, где занимается ребенок, вам предлагают дистанционные занятия. Дело даже не в качестве этих занятий (если вы с этим сомневаетесь), а в их наличии в принципе. Это то, куда ребенок шел с радостью и удовольствием, это его круг. Нельзя вырывать его сейчас оттуда категорически!

- Напрягаться по поводу времени, проведенного с гаджетом. Раньше вы не могли контролировать ребенка весь день, вот и сейчас не контролируйте. К тому же, общение с друзьями- товарищами подросткам сейчас необходимо, надо компенсировать чем-то отсутствие реального общения.

- Демонстрировать детям свой страх, равно как и легкомыслие. Одинаково опасно сегодня и то, и другое. Вводим еще один мораторий - на выступления членов семьи на темы «Вирус придумали китайцы (американцы, мировое правительство, европейская элита, ветераны КГБ, инопланетяне), чтобы нас разорить, его нет, назло всем пойду гулять» или «Вирус смертельно опасен для всех, кто про него слышал, мы все умрем, нам не хватит еды, туалетной бумаги и антисептиков, экономика в конвульсиях, город заснул, проснулась мафия». Сейчас как раз подвернулся хороший повод научить детей разумной осторожности. И дисциплине, конечно. Мы, взрослые, сегодня должны подавать детям пример правильного поведения в момент опасности: не паниковать, четко знать все правила поведения и профилактики, выполнять решения партии и правительства. Я поймала себя на том, что впервые в жизни демонстрирую такую дисциплину.