

«Ты сделал уроки?» - вопрос неправильный!

Нина ЗЕМЛЯНСКАЯ

На вопросы читателей «КП» отвечает главный психотерапевт Челябинской области Михаил Беребин.

Мальчик-подросток 16 лет от рук отбился. Не учится. Ночью бродяжничает.

- У него есть родители?

- **Мать. Но она «наезжает». Живет с новым мужчиной. Бабушки воспитывают. Скажите, как его заставить учиться?**

- Никого нельзя заставить ничего делать насильно. Можно только создать интерес. Важно понять, почему ребенок пошел по такому пути. Думаю, ему недостает материнского тепла. Это как форма протеста - ведь у матери появился другой партнер. Она уже не живет с ним, с собственным ребенком. И в ее жизни уже нет для ребенка места. По крайней мере он так ощущает... Мама готова прийти на прием вместе с ребенком и своим новым партнером?

- **А с одним ребенком, без взрослых, нельзя?**

- Можно. Может, он врачу расскажет, что им движет. Ведь иногда бродяжничество означает, что вашему внуку просто скучно жить там, где он живет, и так, как он живет. И уходит он в компанию веселых людей, где жизнь бурлит. И там он себя находит... Или его «находят», в своих же интересах. Нужно понять главное: нельзя помочь ребенку насильно, без его участия и желания. Психотерапевтическая помощь - это не хирургическая операция, чтобы можно было положить человека



Михаил Беребин.

на стол и «оттяпать» его «болячку», не очень-то об этом спрашивая. Психотерапевты могут работать только при условии, что человек сам хочет что-либо менять. В качестве первого шага скажите ребенку, что вы звонили на «прямую линию», что вас беспокоит, что с ним происходит. И маме обязательно надо сказать, что вас эта ситуация забит. Может быть, надо сесть рядышком и просто поговорить...

- **Сколько уже беседовали...**

- Это зависит и от того, как разговаривать... Когда вы ребенку говорите: «Ты должен», «Ты не так поступаешь» - он воспринимает это как насилие, накат на него. И закрывается. Есть в психологии правило - нужно разговаривать из так называемой Я-позиции, она единственно правильная. Не «Ты делаешь плохо, когда уходишь из дома...», а «Меня беспокоит, что ты уходишь из дома, и я не знаю, что с тобой проис-

ходит, я беспокоюсь за тебя» ... и т. д. Ваше беспокойство его судьбой надо всегда высказывать. Вот я услышал обреченность в вашей фразе: «Мы уже столько говорили...» Нужно понимать, что желательного результата с первого раза не бывает. Иногда и с третьего не бывает... Убеждайте его и маму вместе прийти к психотерапевтам, они помогут. Вы должны понимать, что ваши слова «отбился от рук» - это уже индикатор неблагополучия в семье, доме. Если ребенку там не тепло, его там не понимают, не принимают, то не стоит удивляться, что на улице, с друзьями ему хорошо. И еще, что отличает подростковый возраст: они строят свою картину мира. Строят по-своему, не так, как это делают взрослые. Они формируют свое отношение к миру, отрицают опыт родителей. Поэтому все предыдущие поколения жаловались на последующие. И наоборот.

Почему ребенка так тянет на улицу? Потому что на улице - наркотик псевдосвободы. Там подросток свободен от всего: от обязательств, от усилий. Уроки делать не надо, посуду мыть тоже.

- **А если я дома устрою ему эту свободу, он не уйдет?**

- От классиков известно, что свобода - осознанная необходимость. При свободе не должно быть вакханалии. И потом... Мы, родители, всегда знаем, какой сценарий жизни готовим для собственного ребенка. А он часто этого не знает или не принимает этот сценарий. А мы гнем свое по этому сценарию: «А ты уроки выучил?». То есть, если не выучил - не оправдываешь наши ожидания, живешь не по нашему сценарию. Так и получается, что мы задаем ему планку.

А ребенок считает, что это не его планка. То есть по нашему сценарию получается, что он учится не сам для себя, он учится для нас.

ДОГОВОР С РЕБЕНКОМ - ЛАРЕЧНАЯ ЭКОНОМИКА

Мама 9-летнего сына беспокоит. Многие психологи предлагают перевести отношения с ребенком в партнерские. Подписывать с ним договор: твои обязанности, а вот мои, родительские. Бонусы и штрафы за неисполнение. Есть смысл в этом?

- Это не договор, это контракт. В этом контракте прописано «с одной стороны», «с другой стороны», форс-мажор. А главное - есть предмет контракта. Можно попробовать, казалось бы, какая разница, «договор», «контракт»? Но...

Договор - это когда по-партнерски договорились, соблюдая каждый свои инте-



Уделяйте детям больше времени - и вы станете настоящими друзьями.

рессы. Контракт - это когда кто-то из сторон подрядился, обязался что-то сделать в интересах другого. И при этом очень часто составляются не истинные, манипулятивные контракты. В которых предмет «подряда» спрятан. Что является предметом вашего «договора» с сыном?

- **Его хорошее поведение. Адекватное.**

- Адекватное вашему представлению? А он говорит, что с его стороны адекватным поведением является: «Имею право гулять до 12 ночи». Вы ставите вопрос об ожидаемом поведении ребенка. Он, ребенок, своим поведением должен соответствовать нашим ожиданиям. Вы договорились об этом? Он подрядился быть правильным, как мы это понимаем? Зачем мы это от него требуем? Чтобы привязать ребенка к себе, к своим ожиданиям, намерениям? И бонусы обещаем. Ты - мне, я - тебе. Как называется такая технология? Сотрудничество? Партнерство? Или рынок? Ларечная экономика, как метко говорил Виктор Степанович Черномырдин. Бартер это, и не равный бартер. Ты мне - мое, я тебе - тоже мое. Ты - мне, это для меня ценно. Ты мне даешь хорошее поведение - мне хорошо; у меня не болит голова, ты в положенное время дома. А я тебе что?

- **Я не буду тебе выедать мозг, что уроки не сделаны, комната не убрана. Я содержу тебя, кормлю, плачу за учебу...**

А то, что вы от него требуете, это ему

ценно? Разве вы можете его не содержать, не кормить? Вот и выстроились не партнерские отношения, а вертикальные ролевые позиции «родитель - ребенок». Родитель - всегда прав, ребенок - всегда обязан, раз подрядился быть ребенком. По определению подрядился, по жизни - он же не взрослый...

- **Заметила, что ребенок всегда начинает нервничать, как только я задаю вопрос: «Ты выучил уроки?»**

- Надо этот вопрос тоже задавать правильно. «После того как ты выучишь уроки, мы с тобой идем гулять...» Вот это партнерские договоренности. Это некая непреложность, сама собой разумеющаяся «После того, как...». Ведь ребенок же не задается вопросами: «Когда мама приготовила поужинать?» и «Почему ужин есть?». Если это так, если это правильно, то он не должен задаваться и вопросом про уроки. Невыученные уроки - это как не сваренный к ужину борщ. Должен быть, а нет... Двойка в журнале или тетрадке - как голодная семья. Справедливо? Одному можно не выполнять контракт, а другому нельзя? Вот и нужно договариваться, чтобы и сытыми быть, и без двоек.