

Мой ребёнок уходит из дома ...

Говорят: «От хороших родителей дети не убегают». Наверное, хорошие родители - это те, кто способен так построить свои отношения с ребенком, чтобы избавить его от различных разочарований. Есть мнение, что дети уходят из неблагополучных семей. Но это не совсем так. Семья внешне может быть вполне благопристойной и даже обеспеченной. И тогда чаще всего поводом уйти из дома становится конфликт, в основе которого лежит отсутствие взаимопонимания с родителями. В основном уходят подростки 10-17 лет. Традиционно подростковый возраст считается трудным периодом, когда подросток, несмотря на внешнюю браваду, грубость и агрессивность, на самом деле крайне раним и беззащитен.

Поведенческая реакция в виде уходов из дома может быть мотивированной и немотивированной. Мотивированная поведенческая реакция обусловлена психологически понятными причинами и вытекает из самой ситуации, в которой оказался подросток (уход из дома после серьезного конфликта с родителями). Иногда внезапный уход может произойти на фоне сниженного настроения, причем это изменение в настроении никак невозможно объяснить ситуацией. Мотивированные уходы на фоне острой стрессовой ситуации возникают у детей по-разному:

- у слабых, эмоционально-ведомых, чувствительных, податливых детей мотивированные уходы проявляются как обдуманные или импульсивные и могут быть проявлением пассивного протеста;

- у подвижных, эмоциональных и импульсивных детей мотивированные уходы проявляются как реакция эмансипации;

- у эмоционально холодных, сдержанных, замкнутых мотивированные уходы проявляются как реакция избегания общения;

- у ярких, артистичных, активных мотивированные уходы проявляются как демонстративная реакция.

На фоне постоянной стрессовой ситуации мотивированные уходы становятся привычными (стереотипными) - т.е. формируется "привычка", когда подросток привычно реагирует уходом даже тогда, когда стресс не настолько выражен, чтобы убежать. Когда это происходит, то можно говорить о том, что мотивированные уходы начинают превращаться в немотивированные. Непонимание причин изменений, происходящих с детьми, приводит к нашему стремлению сохранить жесткий контроль и власть над ними или «повернуть назад их развитие». Мы начинаем отвергать новые качества подростка и желаем вернуть старые, детские: послушание, ласковость и т.д. И тогда уход из дома становится для них единственной возможностью выразить свой протест.

Довольно часто причиной нашей сильной тревоги при появлении резких изменений в поведении подростка является угроза разрушения представления о себе как о хорошем родителе. А наличие удовлетворенности собой как родителем повышает самооценку человека. Поэтому мы неадекватно реагируем на поведение подростка только для того, чтобы поддержать свою положительную самооценку. Мы совершаем ошибки не потому, что не любим своих детей, а потому, что не всегда знаем, как лучше поступить и часто не осознаем собственных побуждений.

Дети бегут из дома, протестуя против невыносимых условий, которые мы им создаем, не желая считаться с мнением ребенка. Другая причина ухода дочери или сына от родителей - несправедливое наказание, неадекватное их проступку. Обида вскоре забывается, и подросток готов вернуться, но он боится наказания, которое непременно последует. Так круг замыкается. Ребенок бежит от наказания и боится возвращаться из-за него же, то есть, выхода у него нет, и он остается на улице, пока не попадет на преступлении или не станет жертвой преступника.

ЧТОБЫ ИЗБЕЖАТЬ НЕНУЖНЫХ КОНФЛИКТОВ И УХОДА ДЕТЕЙ ИЗ ДОМА, СТАРАЙТЕСЬ СОБЛЮДАТЬ СЛЕДУЮЩИЕ ПРАВИЛА:

- Не давайте подростку чрезмерных нагрузок, когда у него не остается времени даже для того, чтобы погулять во дворе.

- Если кто-то жалуется на поведение вашего сына или дочери, не спешите сразу наказывать детей, выясните мотивы их поступков.

- Выбирайте наказание, адекватное проступку.

- Не наказывайте ребенка из-за того, что у вас плохое настроение или «для профилактики».

- Будьте внимательны и справедливы к своим детям, решайте вместе их проблемы, и тогда ваш ребенок вряд ли убежит из дома.

Когда ребенок начинает взрослеть, наша любовь к нему должна приобрести другую форму по сравнению с той, которая ему требовалась в детстве. Если маленькому ребенку необходим прежде всего хороший уход, обеспечение безопасности в окружающем мире, контроль, то теперь родительская любовь проявляется в принятии и поддержке его как личности, самостоятельной и индивидуальной, способной нести ответственность за свою жизнь.

ТРИ ШАГА, КОТОРЫЕ МОЖНО ПРЕДПРИНЯТЬ В ЭТОМ НАПРАВЛЕНИИ, ТАКОВЫ:

1. Не делать за ребёнка то, что он может сделать сам

Откажитесь от желания подтолкнуть, направить его к тому, что мы хотим в данном конкретном случае. Вместо этого спросите себя: «Что я могу сделать в этой ситуации, чтобы помочь моему ребенку быть более ответственным и способным принимать свои собственные решения?»

2. Научиться получать удовольствие от принятия решений ребенком.

Мы можем это делать, если осознаем, что перед нами живая, пульсирующая частица самой природы, и у нас есть драгоценная, но мимолетная возможность наблюдать, как она развивается. Даже когда мы видим, что ребенок идет в сторону неприятных, болезненных последствий, наилучшее, что можно сделать в подобной ситуации – просто высказать свои опасения, а затем дать возможность этим последствиям произойти.

3. Изменить некоторые из наших мыслей и убеждений относительно ребенка. Этот шаг чрезвычайно важен. Поскольку между нашими убеждениями и нашими действиями существует теснейшая взаимосвязь. Не осознавая этого, мы постоянно ведем себя так, чтобы подтвердить своими действиями истинность своих же внутренних убеждений. Если мы убеждены, что наш ребенок изначально наделен положительными качествами, способен принимать верные решения и самостоятельно руководить собственной жизнью, то мы без особых усилий будем поддерживать его в этом. Тогда наша любовь будет созидательной и детям не потребуется уходить из дома.

Что могут сделать родители, чтобы предупредить ситуацию уходов и побегов подростков из дома:

1. Примите факт, 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 партнёрские. 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 особенности их поведения.

2. Общение со сверстниками необходимо подросткам как дыхание, и они чувствуют себя неполноценными, если это стремление остается нереализованным. 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 она совершит ошибку (ранняя беременность, 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.

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.

6. Развивайте в ребёнке уверенность, положительное отношение к себе, принятие своих качеств, особенностей, отличительных черт. Научите ребёнка эффективным моделям противостояния негативному влиянию и независимому поведению в сложных социальных ситуациях.

7. Развивайте в ребёнке физическую силу и умение общаться.

8. Научите ребёнка самоанализу своих желаний и выборов «Для чего я это делаю?»

9. Научите подростка видеть неоднозначность жизни и социальных явлений - в любом негативном явлении содержится позитивное зерно (предпосылка к позитивным изменениям).

10. Поддержите подростка при переживании им неприятностей в школе, ссорах со сверстниками, разочарования в любви.

Подростки с удовольствием и готовностью откликаются на искреннее внимание и заинтересованность ими и их проблемами со стороны взрослых людей.

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.

ПОМНИТЕ! Дети очень хорошо чувствуют ложь взрослых, и непоследовательность родителей принимается ими за образец поведения. Успехов Вам в воспитании детей!!!

Подготовила психолог Центра «Вега» Гудзикевич И.В.