

Почему важно договариваться с подростком, и как это делать?

Ни для кого не секрет, что детско-родительские отношения меняются, когда ребёнок достигает «переходного» возраста. В этой статье речь пойдет о таком явлении как договорённость с подростком. Почему необходимо договариваться с подростком? В каких вопросах стоит договариваться, а в каких – нет? И как это делать правильно?

Договор – это...

Ежедневно мы заключаем множество договорённостей с разными людьми. Мы договариваемся о встречах и поездках, договариваемся о тратах и приобретениях. *Договор – соглашение двух и более сторон по поводу чего-то важного для них обоих.* Каждая из этих сторон всегда может внести поправку в договор. Например, «*Давай встретимся в 17.00. – В 17.00 я не успею. Может в 17.10? – Хорошо*».

Договор – признак партнёрских отношений, где мнение каждого учитывается. Договорённость, как правило, имеет интерес для обеих сторон, то есть у каждого есть мотивация соблюдать её, так как договор сулит взаимную выгоду или бонус.

Почему важно договариваться с подростком, и как это делать?

1. Договор как *атрибут равноправия* всегда подчеркивает значимость мнения другого человека, его *право голоса*. Важно, чтобы ребенок научился договариваться, сначала в семье с родителями, так как потом это умение пригодится ему в будущем. Умение договариваться о чем-либо и приходиться к какому-то решению в целом полезный навык во взаимодействии с окружением (сверстников, педагогов, родителей). Спектр тем, по поводу которых можно договариваться, расширяется с возрастом.
2. Возможность договориться с родителями о чём-нибудь параллельно работает как *профилактика конфликтного поведения и негативизма* подростка. Если подросток понимает, что в каком-то вопросе с родителями можно договориться, то желание бунтовать и «кому-то что-то доказывать», скорее всего, просто не возникнет. Например, договориться о том, в какую спортивную секцию будет ходить подросток. Печальнее ситуация обстоит в тех семьях, где с подростком никто ни о чем не договаривается: «*Ты должен в 19.00 быть дома*». И когда пересмотр заявленного правила быть дома в 19.00 «мирным» путём невозможен, подросток вынужден либо конфликтным поведением настаивать на своём, либо систематически нарушать ненавистное ему правило.
3. Договор всегда апеллирует к *ответственности* подростка, в том числе к его *адекватному оцениванию собственных сил и возможностей*. Поэтому, чем раньше Вы начинаете со своим ребёнком о чем-то договариваться, тем быстрее возвращаете в нём самостоятельность и ответственность за свои поступки и слова.
«Я знаю, что ты очень хочешь собаку. Мы можем с тобой договориться о том, что заведем собаку, но ответственность за заботу о ней разделим между собой. Пожалуйста, подумай, что бы ты мог взять на себя»
4. В обычной жизни договоры заключаются только в том случае, если есть определённое *доверие* к партнёру. Поэтому договорённости между родителями и детьми создают атмосферу особых доверительных отношений. Договариваясь с подростком о чем-то, Вы со своей стороны тоже даете ему кредит доверия, и обязательно проговариваете, насколько это важно для Вас.

5. *Договор* — это не способ манипуляции, чтобы он делал то, что нужно Вам (это как раз про директивное взаимодействие); это способ найти то решение, которое будет устраивать Вас обоих. Поэтому предложения о договоренностях может вносить каждый. И если подросток может к Вам подойти и о чем-то договориться, это хороший знак. Ситуация обстоит гораздо хуже, если подросток сначала соглашается на Ваши условия, а потом систематически не соблюдает их.
6. Если Вы не можете откликнуться на просьбу подростка, обязательно объясните, почему. Подросток тем и отличается от дошкольника и младшего школьника — он требует *объяснений*, и это адекватно возрасту. Однако объяснять лучше опираясь на свои чувства и переживания, и ни в коем случае не критиковать подростка.

Сравните:

«Ты не пойдешь гулять, потому что снова провалил контрольную. Теперь сиди и готовься исправлять оценку.»

или

«Я бы не хотела, чтобы ты шёл сейчас гулять, потому что я переживаю за твою успеваемость. Так, ты можешь не успеть подготовиться.»

О чем не стоит договариваться с подростком?

Есть *правила*, которые требуют от подростка *строгого выполнения*. О них договариваться нельзя. Например, нельзя договариваться с ребёнком о том, ходит он в школу или нет — это его обязанность, и она не должна обсуждаться. А вот о том, когда он сделает уроки, чтобы успеть съездить на рыбалку с папой, договориться можно и нужно. Это поможет ему лучше спланировать своё свободное время без вреда учёбе.

Помимо этого у каждого члена семьи должны быть домашние обязанности. Не стоит договариваться о том, есть они у подростка или нет. Можно договориться о том, какие обязанности подросток уже (в силу его возможностей) может взять на себя. В этом случае также важно понимать, что увеличение числа обязанностей обычно влечет за собой увеличение прав. *Права и обязанности* — две материи, очень взаимосвязанные друг с другом, в отношении которых важно держать баланс. Нужно, чтобы количество прав и обязанностей было между собой соизмеримо.

Также есть *семейные традиции*, которые принято соблюдать в семье. Например, летом мы всей семьёй едем отдыхать, и вопрос, едет подросток или нет, не встает. Или, например, в преддверие Нового Года мы идём в парк развлечений. Подобные традиции — объединяющий элемент любой семьи, поэтому всегда должен быть в приоритете.

Договорённости не допустимы в отношении тех вещей, которые *небезопасны* для подростка и *вредят его здоровью*. Это те вещи, в отношении которых родители должны занимать очень чёткую позицию. Не стоит договариваться о том, курит ребёнок или нет; балуется наркотиками или нет. Иногда можно встретить родителей, которые ссылаясь на свою демократичность и попытку «дружить» со своими детьми, позволяют им слишком много. Как правило, за этим стоит попустительство и безразличие. Родитель должен всегда оставаться родителем, транслируя ребёнку определённые ценности.

Таким образом, договариваться с подростком нужно о тех вещах, решение которых апеллирует к его *самостоятельности* (выполнение обязанностей, принятие решений); к его *индивидуальности* (выбор стиля и одежды); к его *интересам* (выбор хобби, круга друзей); к его *возможностям* (выбор профессии). Главной задачей подобных договорённостей является налаживание контакта и взаимопонимания подростка и родителя.