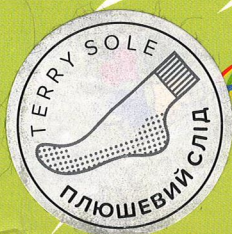


159.922.8  
Г89

Анна Гресь

# Як ПРИГОРНУТИ КАКТУС?

Книга для батьків,  
які хочуть зрозуміти своїх підлітків



MAMAS

УДК 379.8  
Г80

**Гресь А.**  
Г80 **Як пригорнути кактус? Книга для батьків, які хочуть зрозуміти своїх підлітків — Х. : ВГ «Основа», 2018. — 201, [7]с.**

**ISBN 978-617-00-3137-2.**

Ця книга для тих, у кого вдома є незрозумілий, вередливий, різкий, агресивний підліток, який ще вчора був милим, ласкавим, добрим малюком. І для тих, у кого вдома є замкнений, мовчазний, образений на весь світ підліток, який ще вчора був усмішливим, товариським, відкритим.

Ця книга покликана допомогти мамам і татусям зрозуміти і прийняти свою «нову» дитину, яка подорослішала. Дбайливі батьки навчаться розуміти причини поведінки свого підлітка, не приймати скороспішних рішень, знаходити з дитиною спільну мову, вживати правильні слова. А головне — бачити у своїй дитині хороше, навіть якщо цього зараз не видно.

**УДК 37.016**

**ISBN 978-617-00-3137-2**

© Гресь А., 2017

© ТОВ «Видавнича група «Основа», 2018

# Як користуватися книгою?

Ви можете знайти в змісті «свою ситуацію» і прочитати про неї, щоб вибрати свій спосіб дій.

Також ви можете прочитати книгу від початку до кінця, тому що деякі розділи в ній — це універсальні «ключики» до поведінки підлітків.

Кожне батьківське питання, кожну проблему можна розв'язати у будь-який із трьох наведених способів. Звичайно, у житті їх набагато більше. У книзі подані саме ті з них, які могли б стати точкою відліку для розв'язання проблеми.

1

## Спосіб перший, найпростіший

Цей спосіб допоможе вам вжити екстрених заходів, принаймні почати аналізувати ситуацію, виграти трохи часу, щоб краще підготуватися. Більшість прийомів, описаних у першому способі, ефективно працюють нетривалий час. Це своєрідна «пігулка», яка допомагає на деякий час якщо не позбутися «больового симптому», то хоча б трохи ослабити його. Але такий спосіб все ж потрібний, адже дуже багато ситуацій, пов'язаних з підлітковою поведінкою, слід розв'язувати негайно.

**2**

## Спосіб другий, більш складний

Серйозна сімейна робота, пошук шляхів до розв'язання проблеми — це і є другий спосіб. Наприклад, придумати, чим по-справжньому можна захопити підлітка, якщо він не бажає вчитися. Як замінити штучну (матеріальну) мотивацію справжньою, внутрішньою. Як домовитися всім учасникам виховного процесу. Як правильно будувати спілкування з підлітком, якщо він не йде на контакт.

**3**

## Спосіб третій, найскладніший

Звичайно, виховання дитини — процес двосторонній, адже в ньому беруть участь і підліток, і дорослий. Причини конфліктів і проблем треба шукати не лише в дитині. Проаналізувати власну поведінку, своє ставлення до дитини і ситуації загалом пропонує третій, найскладніший спосіб. Але тут ви також знайдете пораду, коли не слід вдаватися до самоаналізу і самолікування, а якнайшвидше звернутися по допомогу до психолога.

**1**

*Швидка  
допомога*

**2**

*Аналіз, пошук  
причин і робота  
з ними*

**3**

*Робота батьків над  
собою, звернення  
до психолога*

Пробуйте різні способи і прийоми, погляньте на свою дитину іншим поглядом, спираючись на підказки підліткового психолога. У вас обов'язково все вийде!

## Підліток не хоче навчатись

*«Наш Вадик у першому класі був відмінником, — розповідає мама підлітка. — До школи біг підстрибом, дуже любив математику. Учителі завжди зараховували його до найкращих учнів, вважали цілеспрямованим, серйозним. Усе було добре доти, поки не настав підлітковий вік. Зараз усе змінилося. Син виконує домашні завдання приблизно двічі на тиждень. Решту часу «висить» у соціальних мережах, грає в комп'ютерні ігри. Умовляння взятися за розум не допомагають. Син говорить, що навчання йому взагалі не подобається, що жоден предмет, жодна галузь знань його не привертають».*

*Батьки навіть спробували платити Вадіку гроші за хороші оцінки. Але цей важіль не спрацював, як і багато інших.*

Чому підлітки не хочуть навчатись? Як зробити так, щоб дитина-підліток узялася за розум?

Отже, у більшості підлітків навчальна мотивація дуже понижена. І справа не в тому, що школа погано працює або батьки чогось не роблять. Просто в підлітковому віці навчальний інтерес зазвичай змінюється на інтерес комунікативний. Інакше кажучи, дитина хоче не вчитися, а спілкуватися — з дітьми своєї статі і протилежної,

з однолітками і старшими товаришами. Саме спілкування стає головним інтересом у житті підлітків. І ніхто з них не сприймає серйозно розповіді дорослих про те, що треба навчатися, бо інакше «доведеться працювати дворником». Адже зрештою батьки готові зробити все можливе і навіть неможливе, щоб улюблений син або дочка вступили до університету. І дитина це чудово розуміє. Що ж виходить?

Підліток ще не готовий планувати своє майбутнє (і це нормально). Тому думки про кар'єру або навіть конкретну посаду не можуть мотивувати його навчатись.

Через свою активність підліток не може висидіти спокійно шість або більше уроків. Йому не цікаві навчальні предмети, які для нього ніяк не пов'язані з життям. Але таких шкільних предметів більшість.

Як же підвищити мотивацію дитини? Як зробити так, щоб підліток захотів навчатись?

1

## Спосіб перший, найпростіший

Так званий метод «моркви» — спосіб, який використовує більшість батьків. «Якщо добре вчитимешся, отримаєш новий телефон», «... куплю X-Box», «... поїдеш до Лондона на канікули» тощо. Ці та багато інших «важелів» якимось та спрацьовують. Насправді цей спосіб має безліч недоліків. Адже «градус» подарунка весь час підвищується. Сьогодні — джинси, завтра — телефон, а післязавтра що? Літак? Отже, настане такий момент, коли ви не зможете купити те, що замовила дитина. Хоча з деякими не надто розпещеними дітьми спосіб тихо собі працює.

2

## Спосіб другий, більш складний

Іноді спрацьовує такий прийом: за допомогою одного-двох навчальних предметів удається «запустити» усе навчання. Наприклад, є в школі хоча б один учитель, якого дитина любить або просто поважає.

З уроків цього вчителя ми і розпочнемо. Особливо добре, якщо дитина хоча б трохи цікавиться цим предметом. Поговоріть з учителем. Можливо, він вже має ідею щодо розв'язання проблеми. Створіть ситуацію успіху для своєї дитини. Учитель хвалить його, звісно, за справу. І зіграти можна на тому, що більшості підлітків приємна похвала, ситуації, у яких він виявився на висоті, «доросле» ставлення вчителя до нього. Намагайтесь зацікавити дитину поки що хоча б одним предметом, а потім розширюйте захопленість.

### 3

## Спосіб третій, найскладніший

Ви мрієте про те, щоб дитина хотіла навчатись не лише якогось конкретного предмета, а взагалі, чи не так? Тоді цей спосіб для вас. З дитиною треба розмовляти і намагатися достукатися до неї, але не в десятому або одинадцятому класі, а набагато раніше. Так звані мотиваційні бесіди — це не нудне моралізування, а цікаві розмови з демонструванням того, що може мати підліток у житті. Наприклад, розповісти і показати, що таке професія лікаря або юриста, керівника фірми або мікробіолога можна не за нудною книгою, а в реальному житті, заручившись підтримкою своїх знайомих.

Можна попросити когось зі своїх приятелів узяти вашого підлітка на день чи два на роботу. Нехай побачить усе зсередини. Спробуйте зрозуміти, що подобається дитині. Можливо, це щось, що перебуває на перетині наук. Як ви вже зрозуміли, третій спосіб — знайомити дитину з усією різноманітністю світу професій. Намагатися показати зв'язок між професіями і тими знаннями, які дитина здобуває у школі.

До речі, як ви пам'ятаєте, ми говорили про те, що інтерес пізнавальний змінюється інтересом комунікативним. Так і є. І знання цього факту можна використати. Знайдіть наукові гуртки для підлітків. Саме в них діти займаються наукою у природному для себе середовищі — у спілкуванні з однолітками.