**Байярд Р., Байярд Д «Ваш беспокойный подросток»**

*Ключевые моменты*

**1.**Заблуждения родителей, следствием которых являются трудности и конфликты во взаимоотношениях детей и их родителей (***Почему родители не дают ребенку взрослеть?):***

а) Родители не справляются с важнейшей обязанностью, состоящей в том, чтобы делать счастливой свою собственную жизнь.

 Родители вносят, как правило, целесообразные изменения в окружающий внешний мир вещей (что и как делать вовне, с другими людьми), а не преобразуют собственный внутренний мир.

б) Родители берут на себя труд руководить жизнью ребенка, что является уже не их заботой, но прямой обязанностью их ребенка.

в) Родители пока принять не могу подростка таким, каков он есть.

Для того чтобы изменить другого человека, надо принять его таким, каков он есть. Перестать ждать или хотеть чего-либо от ребенка.

г) Родителям, как правило, хочется добиться немедленных положительных изменений в своих детях.

Но обычно требуются усилия, настойчивость, каждодневная и иногда довольно кропотливая работа.

д) Чувство вины. « Я плохой родитель»

В детях заключена огромная сила, которая побуждает их жить, и именно эта сила определяет, какими они станут.

Родитель обладаете таким же стремлением, такой же потребностью, таким же правом на счастье, свободу, внимание, уважение, любовь и т. д., как и его ребенок.

е) Некоторые устаревшие идеи, которых могут придерживаться хорошие родители типа «Это я обязан руководить моим ребенком» и пр.

Они основаны на ряде предположений, унижающих достоинство вашего ребенка и самих родителей и, следовательно, оказывающих на обоих пагубное, деструктивное воздействие.

Здесь нет даже упоминания об инициативе и способности вашего ребенка сделать что-либо самостоятельно. Это очень неверное и крайне унизительное представление о вашем сыне или дочери.

Подобные представления приводят к возникновению у ребенка низкой самооценки, а также и самооценку родителей.

**2**. **Что заставляет подростка не взрослеть?**

Что мешает подростку быть самостоятельным?

Лень, безразличие, страх ошибки, страх быть отвергнутым,страх отношений с противоположным полом, страх интимной близости, неуверенность…

 Подростки стремятся к самостоятельности, протестуют против опеки и контроля, но и испытывают тревогу и опасения, сталкиваясь с новыми проблемами. Они ожидают от родителей помощи и поддержки, не всегда желая им в этом признаться.

Многие дети вовсе не выглядят счастливыми, когда их родители в конце концов соглашались "позволить" им принимать самостоятельные решения. Они выглядят, скорее, угрюмыми и говорят примерно следующее: "Ты не заботишься обо мне", "Ты никогда не сделаешь этого","Я не уверен, что готов принимать самостоятельные решения" и "Пожалуйста, продолжай проверять меня!" И очень часто первое, что подростки делают с этой новой свободой, сводится к тому, что они начинают вести себя еще хуже, чем раньше, тем самым пытаясь, по крайней мере отчасти, вынудить родителей вернуться к контролю за ними.

 **3. Механизмы передачи ответственности подростку.**

**I.*Замечайте любые проявления своей привычки принимать решения за ребенка и начните освобождаться, избавляться от нее.***

**1**.Привести себя в следующее спокойное настроение: "В целом все нормально; а теперь давай-ка посмотрим, что же я могу сделать с этой проблемой".

"Что я могу сделать в этой ситуации, чтобы помочь моему ребенку быть более ответственным и способным принимать свои собственные решения?"

**2.** Тренировка освобождаться от привычки руководить жизнью ребенка:

- составить перечень событий жизни ребенка (которые не влияют на жизнь родителей)

- перечень событий жизни родителя

- отказаться от ответственности за пункты из перечня событий жизни ребенка;

- выработать у себя доверия к тому, что ребенок может сам принимать правильные решения во всех этих случаях, и дать ребенку понять и почувствовать это доверие

***II. Научитесь получать удовольствие от принятия решений вашим ребенком.***

Внутреннее Я человека расширяется и развивается, когда он или она окружены людьми, высоко ценящими это Я.

Научиться ощущать всплеск удивления и умиления действиями ребенка, переживать едва уловимое чувство сопричастности тем наивным и нелогичным исканиям, с помощью которых он или она пытаются найти свое место в мире, и ощущать то, насколько все это человечно, противоречиво, ранимо и беззащитно

Это удовольствие от неповторимого способа жизни и уникальных решений другого человека и потребность в них и составляют *высокий уровень любви.*

Два способа передачи этой любви:

- моделированием: предоставляете ребенку возможность наблюдать, как вы сами проявляете любовь к своему собственному внутреннему Я и заботитесь о нем.

- активное проявление вашей собственной потребности и поддержки по отношению к неповторимой способности вашего ребенка принимать самостоятельные решения.

***III. Измените некоторые из ваших мыслей и убеждений относительно вашего ребенка****.*

***IV. Будьте готовы к последствиям передачи ответственности ребенку.***

***V. Продолжайте следовать предлагаемому подходу***

***Рефлексия.***

*Работая над содержание книги, мне удалось пересмотреть свои механизмы передачи ответственности на ребенка; поняла, как нужно это делать, чтобы усовершенствовать, правильно выстраивать свои взаимоотношения с ребенком: отказаться от ответственности за события его жизни, и больше уделять время самосовершенствованию, саморазвитию; быть ответственной за свое счастье. Но понадобиться время, чтобы их (механизмы передачи отв-ти) автоматизировать. Главное – не отступать перед трудностями.*

*Могу анализировать и сравнивать своего сына и др детей (его умение брать (или не брать) на себя ответственность, отвечать за результаты своих действий, умение целеполагания: знает, чего хочет (здесь и сейчас)и старается, ищет пути реализации) со сверстниками. Получаю удовольствие от умения принимать решения своим ребенком.*

*Учусь не обесценивать свой вклад в воспитание детей.*