



Наша

АНФ

Хорошие

подростки



Нелли Литвак

Нелли Литвак

Наши хорошие подростки

Текст предоставлен издательством

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=5025780

Наши хорошие подростки / Нелли Литвак: Альпина нон-фикшн;

Москва; 2010

ISBN 978-5-9614-2295-5

Аннотация

По статистике, голландские дети – самые счастливые в мире. Именно в этой стране живет и растит двух девочек автор книги Нелли Литвак. Будучи успешным профессионалом, она тем не менее одним из главных своих достижений считает хорошие отношения со старшей дочерью. А доверительные отношения в семье психологи рассматривают как отправную точку благоприятного становления личности. Наблюдая педагогические успехи и провалы родителей и учителей, семейный и школьный уклад нескольких поколений в России и в Голландии, сравнивая традиции образования и воспитания, Нелли Литвак решила систематизировать собственные методы и накопленный опыт и поделиться ими с другими. Так появилась эта мудрая, веселая и полезная книга, рассказывающая, с какими проблемами сталкиваются родители многих подростков, как их решать, а главное, почему общаться с подростками интересно и весело и как это делать.

Содержание

Введение	5
Почему я?	5
Что вы найдете и чего не найдете в этой книге	8
Спасибо всем	11
Глава 1	14
Почему не нужно ругать	14
Есть проблема. А может, нет?	17
Проблема есть. Что дальше?	23
Простые задачи	27
Сложные задачи	31
Конец ознакомительного фрагмента.	37

Нелли Литвак

Наши хорошие подростки

Редактор *Роза Пискотина*

Руководитель проекта *И. Серёгина*

Технический редактор *Н. Лисицына*

Корректоры *М. Савина*

Компьютерная верстка *Е. Сенцова, Ю. Юсупова*

Художник обложки *И. Южанина*

© Н. Литвак, 2010

© ООО «Альпина нон-фикшн», 2010

Литвак Н.

Наши хорошие подростки / Нелли Литвак. – М.: Альпина нон-фикшн, 2010.

ISBN 978-5-9614-2295-5

Все права защищены. Никакая часть электронного экземпляра этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для частного и публичного использования без письменного разрешения владельца авторских прав.

Введение

Почему я?

Меня зовут Нелли, мне 38 лет, я математик, живу в Голландии и работаю в одном из голландских университетов. У меня две дочери. Старшей шестнадцать, а младшей четыре.

Одним из своих главных достижений в жизни я считаю свои доверительные отношения со старшей дочерью. Наташа – абсолютно нормальный подросток, ничего похожего на меня в этом возрасте. Я всегда была отличницей, активисткой, хорошей девочкой со всеми вытекающими отсюда радостями и комплексами. А эта увлекается модой, подружками, современной музыкой и всякими дорогими электронными игрушками. Каждый месяц она перекрашивает волосы, каждый день подводит глаза под цвет футболки и цветочков на босоножках. Она рисует себе на ногтях то крестики-нолики, то полосы зебры, то какие-то перламутровые переливы, на которые уходит два-три драгоценных часа ее юности. Веселая девочка, далеко не первая ученица в классе, мечтает о скутере, меняет мальчиков и так далее, и так далее... С ее взрывным характером в ее лице я могла иметь в доме маленькую ведьму и прожить несколько лет под крики и хлопанье дверей. Но у нас мир и тишина, и при всей нашей непо-

хожести дочка мне доверяет, любит проводить со мной время, пугается, когда я недовольна, и слушается, когда возникают проблемы. При этом я далеко не авторитарная мама и даже никогда ее толком не наказывала.

Я много думала об этом: о малышах и подростках, и что же я такого сделала (или не сделала?), чтобы заслужить драгоценную дружбу моей взрослеющей дочки. Однажды я стала думать, как систематизировать мои методы воспитания, чтобы поделиться ими с другими. И у меня сложилась своего рода теория о том, как решать проблемы с благополучными в целом подростками. Поскольку я математик, то и теория у меня возникла немножко схематичная, вроде алгоритма. Мне кажется, что бессознательно я всегда действовала по этому алгоритму. Я решила описать эту теорию, и так появились заметки, которые потом стали первой главой этой книги.

Пока писала свои первые заметки, я поняла, что дело не заканчивается решением проблем. Так возникла вторая часть заметок: о том, почему общаться с подростками интересно и весело и как это можно делать.

К моей огромной радости и изумлению, на предложение опубликовать мои заметки про подростков откликнулось издательство «Альпина нон-фикшн». Мы довольно быстро договорились делать эту книгу и сошлись на содержании, в которое, кроме первых заметок в двух частях, вошли еще три главы. Третья глава – о занятиях подростка с родителями и

без них. Четвертая – о конфликтах и о том, как их избежать или хотя бы уменьшить их количество. И пятая глава о воспитании и образовании в Голландии, где подход к этим вопросам очень сильно отличается от российского и будет интересен российским родителям. Должна признать, что многому, о чем я хочу рассказать, я научилась у голландских родителей. А у них есть чему поучиться. По последней статистике голландские дети – самые счастливые в мире, и 70 % голландских подростков имеют хорошие отношения с родителями. И поскольку я досконально знаю голландскую систему – от рождения ребенка до университета, то кому, как не мне, об этом рассказывать!

Кроме того, я постаралась осмыслить и обобщить опыт моих школьных друзей и их родителей, опыт моих нынешних друзей и их детей, а также опыт, накопленный в моей семье. Моя бабушка, профессор дидактики, – педагог от Бога. Она долго работала в школе и творила всякие чудеса с учениками-подростками (например, поход на лыжах из Горького до Москвы с концертами в сельских школах). В нашей семье принято дружить с детьми, эта традиция продолжается уже четыре поколения. Моя мама даже хотела написать об этом книгу, но пока не написала. Так что я, хотя бы частично, сделаю это за нее.

Что вы найдете и чего не найдете в этой книге

Нам часто что-то не нравится в наших детях-подростках. Проще всего начать критиковать ребенка за все подряд. Я попытаюсь объяснить, почему это бесполезно и даже очень вредно, и предложу свой подход к типичным подростковым проблемам. При этом я имею в виду типичные проблемы благополучных детей: такие вещи, как плохая учеба, нежелание общаться с родителями, расхождение во взглядах, нездоровое питание, выклянчивание денег и подарков, чрезмерный флирт, халатное отношение к домашним обязанностям, кошмарный беспорядок в комнате, обескураживающий внешний вид или хлопанье дверьми. Я абсолютно ничего не готова посоветовать по поводу алкоголизма, наркотиков, криминала, ухода из дома и других по-настоящему серьезных проблем. Я убеждена, что эти проблемы можно предотвратить, но если беда уже грянула, то нужно срочно обращаться за помощью к профессионалам.

Я не могу рассказать вам, как решать каждую из конкретных проблем с вашим ребенком. Это очень индивидуально, и мой единственный совет – видеть в детях хорошее и ругать их как можно меньше. Но я постараюсь объяснить некий общий подход к подростковым проблемам, и если он вам понравится, то вы сами увидите, где и как его можно приме-

нить.

Я не профессиональный специалист по воспитанию подростков. Мои мысли основаны на моем российском и голландском опыте и опыте моей семьи и друзей. Эта книга – разговор мамы с другими мамами и папами о том, что нас так часто беспокоит в наших детях и наших с ними отношениях. Мне кажется, что даже просто подумать об этом, честно и самокритично, уже очень полезно для решения множества проблем, и я надеюсь, что моя книжка вам в этом поможет. (Еще в третьей главе есть небольшой раздел, адресованный самим подросткам, где речь идет о том, на что имеет смысл тратить время в подростковом возрасте, чтобы увеличить шансы на успех и счастье в недалеком будущем.)

Я не берусь научить вас, как вырастить идеального ребенка. Это невозможно. И не нужно! Но я сделаю все, чтобы помочь вам наладить отношения с тем ребенком, который у вас есть.

Я предлагаю вам длинный путь: сначала подружиться с ребенком, хорошо его узнать, заслужить его доверие, а уж потом чего-то от него добиваться. Это извилистая дальняя дорога, но я уверена, что в воспитании нельзя срезать по прямой. И не надо срезать, потому что процесс важен не меньше, чем результат. Доверительное общение с детьми, ежедневная радость от самого факта их существования – это и есть жизнь, это и есть счастье.

И последнее. Не знаю, как вам, а мне нравятся подрост-

ки. Так что если вы ждете услышать что-то вроде «Мы были другие», то от меня вы услышите разве только «Мы были не лучше».

Спасибо всем

Эта книга появилась очень быстро и неожиданно для меня самой. Но процесс ее формирования на самом деле начался давно, и в нем участвовало очень много людей.

Прежде всего я благодарна моей маме, которая может вправе считать себя продюсером этого проекта. Она всегда верила в мои писательские способности, и это была ее идея изложить на бумаге мои теории и рассказы на тему воспитания подростков.

Большое спасибо не только маме, но и папе, и бабушке, и дедушке за то, что мы выросли в обстановке дружбы и любви, за огромное количество совместных воспоминаний, за то, что до сих пор они для нас – самая любимая и желанная компания.

Родители, бабушка с дедушкой, сестра Катя, муж сестры Тима и брат Петя были самыми первыми читателями этой книги, и я очень благодарна им за поддержку и советы. Особая благодарность Кате за ценный материал к третьей главе. Спасибо моим племянницам Нине и Тане за их дружбу и доверие, которые мне очень дороги.

Спасибо всем моим первым читателям за быстрые отзывы и ценные советы. Я постаралась все это учесть!

Спасибо издательству «Альпина нон-фикшн», Павлу Подкосову и Анне Деркач за интерес к моей рукописи. Это

счастье для начинающего писателя, и это было огромным стимулом при написании каждой главы, каждого раздела. Особая благодарность ведущему редактору Розе Пискотиной за поддержку моей первой книги и за великолепную бережную обработку текста. Я благодарна большому количеству родителей: моим друзьям, коллегам и знакомым за разговоры о детях, за то, что мне посчастливилось наблюдать их опыт, который дал серьезный материал для размышлений и для этой книги. Еще я благодарна большому количеству подростков – друзьям моей дочери и детям друзей – за их позитивное отношение к этому проекту, и за интересное общение, которое послужило поводом для второй главы.

Огромная благодарность моей старшей дочери Наташе. За то, что она есть. За ее веселый жизнелюбивый характер. За ее недетское понимание и партнерство при построении нашей новой жизни в Голландии. За все наши поездки, совместные занятия и разговоры. За то, что я так часто приходила в ее комнату, чтобы прочитывать ей вслух только что написанные страницы этой книги, и всегда встречала полное внимание и одобрение.

Наконец, хочу поблагодарить младшую дочку Пиали и мужа Пранаба за нашу счастливую семью. Без них и Наташи моя жизнь и работа не имели бы никакого смысла. Я особенно благодарна Пранабу за его абсолютную поддержку при написании книги. За то, что он терпел сбои в домашнем хозяйстве, давал выспаться по утрам, если я писала до глубо-

кой ночи, всегда был в курсе, какую главу я пишу и как продвигаюсь. К сожалению, он не знает русского языка, и, наверное, никогда не сможет прочесть ни строчки из написанного, кроме этого: thank you, dear.

Глава 1

Как их не ругать

Почему не нужно ругать

Вы верите в чудеса? Я нет. И вы, наверное, согласитесь со мной, что не бывает легких денег, что бесплатно только сыр в мышеловке, что без труда не вынуть рыбку из пруда. Что воспитание подростка – это большая ответственность и серьезная работа, и, как любая работа, воспитание тоже требует труда, если мы хотим получить результат. Если вы согласны с этой «аксиомой», то моя «теорема» о том, что ругать бесполезно, имеет очень простое доказательство: ругать бесполезно, потому что это легко. Очень легко, придя с работы, выговорить ребенку за плохую оценку и невытую посуду. Легко. А результат равен вложенным силам. Легко – значит, бесполезно! Ну, может, не совсем бесполезно: высказались, облегчили свою измотанную душу. Но по меньшей мере наивно рассчитывать на то, что с этого дня посуда будет вымыта и оценки исправятся.

И не думайте, что эффект увеличится, если ругать чаще. Ноль плюс ноль – всегда ноль. К тому же в какой-то момент ребенок просто перестанет прислушиваться к вашим заме-

чаниям, и вы придете к стабильной ситуации, когда родители хронически ругаются, а дети хронически не обращают на это внимание. Лично я не сторонник такой стабильности, но я знаю много счастливых семей, которые живут именно так, поэтому я не настаиваю, выбор за вами. Хотите ругать детей – ругайте, это ваше право. Я только хочу сказать, что если вы собираетесь решить конкретную проблему, то ругать ребенка – это самый легкий способ, поэтому и результат минимальный. Если вы на самом деле хотите результата – нужно отказаться от критики, даже самой конструктивной, и искать другие способы: да, более трудные, но и более продуктивные.

Критика доставляет детям множество неприятных эмоций. Я часто слышала, как родители объясняют своим подросткам, что они их ругают потому, что они их любят и волнуются за них. Мол, твоих подружек я не буду ругать, потому что мне до них нет дела. Зато о тебе я беспокоюсь и поэтому должен указать тебе на твои ошибки. Это логика, достойная Золушкиной мачехи: «А ведь я люблю тебя больше, чем собственных дочерей! Их я никогда не ругаю, а тебе только за сегодняшний день я уже сделала пять замечаний. Я просто сбилась с ног, занимаясь твоим воспитанием!» Это почти дословный пересказ слов мачехи в знаменитом фильме 1950-х годов. Да, возможно, ваша Золушка в результате вырастет работающей и милой девушкой и выйдет замуж за принца. Но мачехины методы, даже в исполнении родной мамы, остаются мачехиными методами, не имеющими к любви никакого

отношения!

Просто поразительно, что многие хорошие родители, разумные, заботливые и ответственные, искренне верят в формулу «я-тебя-ругаю-потому-что-люблю». Но дети в эту формулу не верят, даже если они внешне с ней соглашаются. Нам не нравится, когда нас критикуют, и нашим детям это тоже не нравится. Мы никогда не поверим, что начальник, который все время нас ругает, на самом деле нас уважает и хорошо к нам относится. С детьми и родителями – то же самое. Негативные эмоции, вызванные критикой, не мотивируют ни нас, ни наших детей, а часто, наоборот, вызывают прямо противоположный эффект.

Вывод? Ругать детей нужно как можно меньше. Постоянная критика и замечания – это неприятный процесс, который очень расстраивает детей, портит настроение, отравляет радость жизни и к тому же не ведет к желаемым результатам. А поскольку проблемы все-таки постоянно возникают, то мы должны их решать по-другому.

Есть проблема. А может, нет?

Конечно, ругаемся мы не просто так. Проблем с подростком хватает. И сейчас я должна перейти к тому, чему я в большой степени научилась у голландских родителей и что так трудно объяснить: очень многие проблемы с детьми-подростками можно решить просто-напросто тем, что не считать их проблемами. Быстренько приведу примеры, пока меня не четвертовали.

Девочка ходит в школу в боевой раскраске индейца на тропе войны. Мне как маме это не нравится. Даже очень. Но, если честно, разве это проблема? Она же меня не заставляет на работу в таком виде ходить. И даже не просит моего одобрения. Я могу один раз сказать, что это не в моем вкусе, но портить отношения из-за этого не стоит. Я прикладываю усилие, подавляю в себе вертящиеся на языке ехидные замечания, желаю ей хорошего дня и отправляю в школу. То же самое, если она покрасит волосы в синий цвет или будет носить только черное. Это внешность, это преходящее, это не стоит того, чтобы тратить свои силы и нервы ребенка.

Девочка плохо учится. Если так будет продолжаться, то очень скоро окажется под сомнением ее учеба в университете. Это, безусловно, проблема, которую надо решать.

Мальчик не занимается спортом. Если он при этом вообще ничем не увлекается и целый день играет в компьютер, то

это, конечно, проблема. Но, на мой взгляд, если у него есть другие увлечения и нет проблем со здоровьем, то Бог с ним, со спортом. Можно что-то предложить, но если он не хочет – ничего страшного. Надо постараться регулярно организовывать активно-спортивные каникулы и выходные, а будет повзрослее, сам займется.

Девочка не любит читать книжки. Да, жаль. Но это не та проблема, которую надо кидаться решать. К книжкам приучать надо раньше, сейчас уже поздновато. Остается подавать положительный пример, время от времени что-то подсовывать и надеяться, что когда-нибудь она сама откроет для себя книги.

У мальчика вообще нет увлечений. Возможно, это проблема, которую надо решать. Но, может быть, не стоит торопиться, достаточно просто следить за учебой, ограничить телевизор и компьютерные игрушки и ввести минимальный спорт. Подростку порой требуется много энергии просто для того, чтобы справиться с собственным быстрым ростом и развитием. Кроме того, если мальчик отошел от увлечений, когда-то предложенных родителями, то ему нужно какое-то время, чтобы понять, чего же хочет он сам. Не говоря уже о том, что у многих людей вообще нет хобби, и это тоже совершенно нормально.

Девочка непрерывно ходит в кино и всякий раз с разными мальчиками. По-моему, это проблема этих мальчиков. По крайней мере, если дело ограничивается кино и поцелуями.

Мальчик совсем не общается с родителями. Сидит в своей комнате, на дверь повесил табличку «Не входить!». А вы хотите с ним общаться? Тогда это проблема, и решить ее можно и даже нетрудно. Подробнее об этом я напишу во второй главе.

Конечно, это очень индивидуально: что считать проблемой, а что нет. Я, например, не переношу хамства со стороны детей. Это для меня огромная проблема, и хамство я рублю на корню. Но я знаю семью, где девочка бесконечно хамила родителям, а они только вяло отшучивались. Они не считали это проблемой. Их право. (Кстати, девочке сейчас 16, и хамство прошло само собой.)

Я не знаю вас и вашего ребенка и не мне решать, что для вас проблема, а что – нет. Я вас только призываю к тому, чтобы вы разочек посмотрели на своих детей без критических очков, а скорее, через розовые: посмотрите, какие чудесные дети, какие они взрослые, интересные, красивые, полные юности! Мы же их любим безумно! Разве наша любовь зависит от их одежек и даже оценок? Разве нам надо, чтобы они были идеальными? Разве мы недостаточно умны и не понимаем, что идеальными быть невозможно?! Да, конечно, у них куча недостатков, как и у нас, как и у всех. Да, конечно, нам бы хотелось это все исправить для их же блага. Но мало ли чего нам хочется! Это их жизнь, их характер. Они тоже имеют право выбирать, какими им быть. Мы должны найти в себе силы и дать им такую возможность. Мы не

должны кидаться в бой с проблемой, которая того не стоит. Гораздо лучше эту проблему просто за таковую не считать! Оставьте ребенка в покое, разрешите ему быть таким, какой он есть. Поверьте, дети это оценят и ответят доверием и толерантностью к вашим проблемам и недостаткам.

Лыко в строку. Моя бабушка сильно болеет и много смотрит телевизор. В одной из программ она видела интервью с некой знаменитой в прошлом актрисой (к сожалению, не помню имени). Так вот, на вопрос, как избежать одиночества, эта мудрая пожилая женщина ответила: «Не надо много требовать от людей. Надо снизить планку, и вы не будете одиноки». То, что я написала про проблемы и не проблемы, – в общем-то, в том же духе. Не надо слишком много требовать от детей-подростков! Им и так тяжело с их разгулявившимися гормонами, стремительно растущими телами, жестоким подростковым обществом, в котором они живут. Мы – родители, мы – надежная гавань, мы – единственные, чья любовь им гарантирована при любых обстоятельствах. Мы должны снизить планку и не требовать лишнего. Мы обязаны любить их такими, какие они есть. Если мы этого не делаем, то на кого тогда они могут рассчитывать?!

Хотите, верьте, хотите, нет, но только что я открыла вам секрет голландской счастливой детской статистики. Голландские родители с невероятной легкостью принимают недостатки и проблемы своих детей. Мне даже трудно придумать, что именно голландские родители сочли бы за про-

блему, которую надо решать. В большинстве своем они даже плохие оценки за проблему не считают. Спокойно переводят ребенка на профессиональное обучение и не портят нервы. Для России это не подходит, там совсем другая система образования. И, честно говоря, я считаю, что голландские родители часто неамбициозны почти до абсурда. Тем не менее что-то есть в голландском подходе: нельзя выжимать из детей результатов выше возможностей. У счастья много составляющих, и учеба – только один из них, пусть и очень важный. А голландский подход гласит: главное, чтобы ребенок был счастлив, а остальное – ерунда. Так вот, сохраняя российскую амбициозность, я предлагаю вам все-таки взглянуть на своих детей так, как смотрят голландцы: дети живы, здоровы, счастливы. Чего вам еще надо?

И последний аргумент в пользу того, чтобы не цепляться к детям без серьезной на то причины. Все та же пресловутая байка про мальчика и волков. Если мы будем делать проблему из любого пустяка, то дети привыкнут, что нам все равно не угодишь, и в момент, когда возникнет настоящая проблема, они просто не поверят и не поймут, что на этот раз дело действительно серьезно. Но когда ребенок уверен, что понапрасну к нему придираются не станут, то у вас гораздо больше шансов, что в сложный момент он прислушается к вашей критике. Отнеситесь по-доброму к характеру своего подростка. Найдите в себе силы принять его мелкие слабости, не ругайте его за экстравагантную внешность, и на

наезд какой-нибудь бабушки спокойно ответьте: «Да ладно, ему (ей) так нравится, пусть делает, что хочет». Поверьте, что ребенок вам будет очень благодарен. У него появится ощущение, что родители всегда на его стороне, что они не будут пугать волками понапрасну. И эта его уверенность как раз и поможет вам эффективно и без скандалов проявить свою родительскую заботу, когда это действительно нужно.

Проблема есть. Что дальше?

Я сижу за школьной партой. Напротив меня – Наташин классный руководитель, передо мной на столе – ее оценки за четверть. На весь разговор у нас десять минут. Но и этого слишком много. Уже на второй минуте он заявляет, что согласно единодушному мнению учителей у Наташи недостаточно способностей и целеустремленности, чтобы продолжать обучение по программе VWO. В Голландии с двенадцати лет дети разделяются на три потока: VWO (шесть лет и после этого университет); HAVO (пять лет и после этого высшее профессиональное обучение – что-то среднее между вузом и техникумом), и VMBO (четыре года и потом профессиональное обучение). Наташа учится в VWO. И вот теперь мне говорят, что со следующего года ее надо переводить в HAVO. Многие голландские родители равнодушно пожмут плечами: HAVO так HAVO, ничего плохого, даже очень хорошо. Но для меня, университетского преподавателя российского происхождения, это серьезный удар. А главное, что как преподаватель я точно знаю, что способностей у моей дочери достаточно! Но учителя считают иначе. И неудивительно. Когда она заходит в класс на каблуках 10 сантиметров, в яркой косметике и разрисованных ногтях, то ее плохие оценки воспринимаются учителями как должное: нечего ей делать в этом классе! Но я-то знаю!! Только кто меня будет

слушать?! Итак, у нас проблема, какой у меня и близко не было в мои школьные годы и с которой я столкнулась теперь. У нас проблема такая типичная, что даже не по себе. У нас плохие оценки.

Проблема ясна. И ее надо решать. А чтобы ее решить, надо понять, чего же конкретно мы хотим добиться. Иными словами, надо поставить задачу. В математике хорошая формулировка задачи – это уже половина решения. Именно задачи, а не решения воруют у коллег неэтичные научные работники.

Задача должна удовлетворять двум требованиям: она должна быть конкретная и выполнимая. У нас плохие оценки. Можно поставить задачу-максимум: *Дотянуть все оценки до высшего балла!* Это конкретно, но, простите, невыполнимо. Не годится. Можно поставить задачу: *Улучшить оценки.* Это выполнимо, но не конкретно. Значит, не годится тоже. Задача, которую я поставила, прежде чем завести машину и отъехать от школы, была конкретная и с моей точки зрения выполнимая: *Поднять оценки настолько, чтобы Наташу без вопросов перевели в следующий класс VWO.* Оценки измеряются по десятибалльной шкале. Удовлетворительно – это шестерка. В Интернете написаны школьные правила, сколько пятерок и четверок можно иметь, чтобы перейти в следующий класс. Конкретнее не придумаешь. И если учителя считают мою задачу невыполнимой – это их право, я считаю по-другому.

Дальше в моем случае все пошло по самому благоприятному сценарию. Наташа до смерти хочет перейти в следующий класс и мечтает учиться в университете. Подружка-студентка уже разрисовала ей яркими красками все прелести студенческой жизни. Мне неважно, какая у нее в данный момент мотивация. Важно, что она согласна с моей задачей. Теперь мы союзники по достижению одной цели. Главное, не терять веры в ее выполнимость и поддерживать и разжигать эту веру в дочери. Опять же, ругать ее бессмысленно и даже вредно. Никто не будет ругаться с союзниками перед лицом общей сложной задачи! Чтобы закончить сюжет, скажу, что с задачей мы справились поистине героическими усилиями. Наташа была счастлива, учителя прониклись к ней большим уважением, и теперь, даже если оценки время от времени хромают, ни один учитель не сомневается, что Наташа в состоянии справиться с программой. Конечно, не всегда так здорово получается. Но я как математик по-прежнему верю, что хорошо сформулированная задача – это половина решения!

Итак, определив проблему и уверившись, что эта проблема достойна того, чтобы ее решать, нужно сделать второй шаг – поставить задачу. Задачу конкретную и выполнимую. Кстати, можете спокойно поставить не просто задачу-минимум, а минимум-миниморум. Очень часто, чтобы решить большую проблему, ее полезно разбить на ряд маленьких задач.

Задачи могут быть самые разные, но естественнее всего разделить их на задачи простые и сложные. Простые задачи – это те, которые не требуют сотрудничества подростка. В этом смысле исправить плохие оценки – задача сложная, потому что над ней надо работать в команде с ребенком, а это, прямо скажем, так себе команда – довольно требовательная и не очень продуктивная. Вспомните, как десять лет назад этот компаньон помогал вам мыть посуду! Насколько легче было быстренько все сделать самому! Поэтому любая задача, которую мы, опытные и мудрые взрослые, можем решить без помощи ребенка – задача простая. Приведу примеры, чтобы было понятно.

Простые задачи

Пример с деньгами. Проблема: *Девочка непрерывно клянчит деньги на одежды, дорогие игрушки и развлечения. На это бесконтрольно уходит уйма денег, и конфликтам нет конца.*

Задача: *Прекратить бесконечные споры на эту тему. Или: Сделать так, чтобы ее расходы укладывались в сумму X .*

Обе эти задачи – простые. Они решаются без помощи подростка элементарным административно-командным методом. Когда дочка в очередной раз попросила денег на что-то «очень нужное, что у всех давно есть», мама и папа спокойно отвечают примерно так: «Мы тебя очень любим и готовы тебе покупать все, что ты хочешь. Но, к сожалению, мы не можем себе этого позволить. Нам надо платить за квартиру, копить на отпуск, помогать бабушке, то и дело вносить деньги за твою школу. Мы подумали и решили, что мы выделяем тебе в месяц на твои расходы и развлечения сумму X . Это самое большее, что мы можем себе позволить с нашими доходами. Но это совсем не мало. Пожалуйста, выбирай, что ты хочешь, тратить эти деньги, как считаешь нужным. Но, как только они закончатся, мы не дадим ни рубля до следующего месяца. А если тебе хочется что-то, что стоит $2X$, значит, придется два месяца ничего не покупать или копить посте-

пенно. Это – как наша зарплата, мы все так живем». Далее все расходы записываются в тетрадку, и ноль значит ноль, никаких авансов. И если сумма X действительно достаточно щедрая по вашим доходам, то ребенок не может не согласиться со справедливостью предложенной системы. Ура, задача решена, проблемы нет, у нас чудесная дочка, лучше не бывает!

Пример с дачей. Проблема: *Девочка не любит ездить на дачу, ей там скучно.*

Задача: *Чтобы в эти выходные она поехала на дачу добровольно.*

Это элементарная задача. Чтобы ее решить, надо просто пригласить на дачу подружку. Если у вас нет места в машине, то пусть девочки приедут на автобусе, а вы их встретите на остановке. Вам придется прокормить один лишний рот, зато и у вас, и у ребенка будут прекрасные выходные на даче. Вам ведь тоже веселее на даче, когда к вам приезжают гости. Многие для этого и строят дачу! Пусть у ребенка тоже будет возможность пригласить гостей, и проблема решится сама собой.

Пример с общением. Проблема: *Мальчик совсем не общается с родителями, ничего им не рассказывает, отвечает односложными предложениями.*

Можно поставить задачу: *Хочу, чтобы он подробно рас-*

сказал мне обо всех своих девочках.

М-да, конкретно, но, боюсь, нереально. Как вам понравится такая задача:

Хочу, чтобы мы каждый день разговаривали, хотя бы по пять минут.

Или: *Хочу, чтобы за ужином он ответил на мой вопрос подробно, хотя бы двумя предложениями.*

Конкретно? Выполнимо? Пожалуй, да, даже с самым интровертированным подростком. А в случае успеха задачу можно усложнить и расширить.

Надеюсь, вам понятно, что пойти и отругать ребенка на тему «Поговори со мной хоть пять минут» или заставить его делать это административным путем – это настолько глупо, что даже не смешно! Нет, пять минут общения – это задача ваша, ребенок тут не причем! Он даже не должен и догадываться об этой вашей задаче, а то ведь на смех поднимет. Нет, это ваша личная цель, и вы ее добьетесь грамотно и профессионально, как уже добились много в жизни. Придумайте заранее вопрос, на который нельзя ответить «да», «нет», «не знаю» или «нормально». Получили ответ развернутым предложением – маленькая победа, развивайте тему. Завтра подумайте снова. Найдите интересные для ребенка новости в Интернете, расскажите про смешной случай на работе, посоветуйтесь с ним, что вам надеть, в конце концов! Не получилось – не беда, промашечка вышла, завтра новый

день, новые шансы. Главное в таких разговорах, чтобы в них не было и намека на: воспитание, ваши обычные конфликтные темы, ваши молодые годы и младенческие годы вашего отпрыска. Когда подросток говорит, слушайте внимательно и серьезно, задавайте новые вопросы. Трудно, да? Но мы же уже договорились про рыбку из пруда... Зато когда подросток почувствует удовольствие от непринужденности разговора, а вы нащупаете приятные и интересные для него темы, то пяти минут может и не хватить.

Подробнее о разговорах – во второй части, а сейчас пора вернуться к задачам.

Итак, простые задачи – это те, которые мы можем решить без участия ребенка либо собственными усилиями, либо административными методами. А как быть с задачами сложными?

Сложные задачи

Я хочу, чтобы моя дочь закончила год без троек. Я хочу, чтобы мой сын играл на компьютере не больше часа в день. Я хочу, чтобы моя дочь ходила на дискотеки не больше двух раз в месяц. Я хочу, чтобы мой сын занимался спортом хотя бы раз в неделю. Я хочу, чтобы мой ребенок взял на себя хотя бы какие-нибудь домашние обязанности. Я хочу, чтобы моя дочь читала как минимум одну книжку в месяц.

Все эти задачи конкретные и зачастую выполнимые. Но все эти задачи – сложные, потому что для их выполнения от ребенка требуются конкретные и порой немалые усилия. Вы не можете заниматься за них спортом и писать за них контрольные. Как же подступиться к сложной задаче?

Сейчас я изложу еще один принцип голландских родителей, рискуя нагнать на себя праведный гнев родителей русских. Вот он.

Для того чтобы решить задачу, которая требует усилий от ребенка, необходимо, чтобы ребенок был с этой задачей *согласен!*

Поэтому я и написала, что в моем случае с Наташиными оценками все пошло по благоприятному сценарию. Наташа сразу согласилась с моей задачей, и мы стали союзниками.

Конечно, сейчас вам покажется, что в большинстве случаев ребенок не согласится решать задачи, поставленные ро-

дителями и требующие от него каких-то усилий. Но у меня для вас хорошие новости. Во-первых, если проблема действительно есть, если проблема настоящая, а не высосанная из пальца, то ребенок тоже это видит. Во-вторых, дети (как и взрослые) хорошо понимают язык конкретики. Никогда не забуду бабушку в Турции, которая прикрикнула на шестилетнего внука: «Если ты сейчас же не изменишь свое поведение, то мы немедленно пойдем обратно в номер!» *Изменить поведение* – это королева неконкретных задач, и ни один ребенок не подумает ее решать, ни маленький, ни большой. Зато если бы бабушка сказала: «Немедленно прекрати брызгать водой в глаза сестренке!», – то мальчик, скорее всего, послушался бы.

Другой пример на эту тему мне рассказал мой родственник. Когда его внук учился в первом классе, у него были огромные проблемы с чистописанием. Мама мальчика часами просиживала с сыном над прописями и твердила: «Пиши лучше, пиши лучше». Но маленький ребенок не понимает, что значит «лучше». Тогда дедушка отсканерокопировал прописи в большом количестве экземпляров и стал давать внуку конкретные задания: «Обведи вот эту палочку. Видишь, получилось неровно. Обведи теперь ровно, чтобы твоя линия не вылезала за точки. Теперь заполни эту строчку вот такими крючочками». Дело пошло гораздо быстрее, и проблему почерка удалось решить хотя бы на время начальной школы.

Что конкретно, то понятно. Что понятно, то легко сделать. Если ваша задача действительно конкретная, действительно выполнимая и действительно помогает решить возникшую проблему, то ребенок будет вынужден с ней согласиться. Вы, как в фильме «Крестный отец», должны «сделать предложение, от которого он не сможет отказаться».

И еще один очень важный момент. Ребенок должен видеть, что вы, как всегда, – на его стороне. Не только в том смысле, что поставленная задача должна быть решена для его же блага. Но и в том смысле, что вы не будете к нему цепляться, а наоборот, будете изо всех сил *помогать* ему в решении задачи. Вы найдете все возможные секции в городе и оплатите ту, какую он захочет. Вы наймете репетиторов и поможете со сложным материалом. Вы защитите его от нападков учителей. И если девочка согласится пореже ходить на дискотеки, то, когда она туда пойдет, вы не будете психовать и звонить ей каждые пять минут, а просто положите сотовый телефон у подушки на случай, если вы ей понадобится.

Ну а если ребенок все-таки не согласен? Трудно сказать. Мы добрались до деталей, где все уже очень-очень индивидуально. Я думаю, что если ребенок все-таки не согласен, то надо, не доводя дело до конфликта, отложить этот разговор, взять тайм-аут. Надо подумать денек-другой: чего же я, как родитель, на самом деле хочу добиться в этой ситуации? Действительно ли так жизненно важно решение именно этой задачи?

Если вы в своей задаче уверены, то придется провести второй раунд переговоров, сформулировать задачу в виде прямой просьбы, убедить или надавить родительским авторитетом.

Пример прямой просьбы. «Я знаю, что ты не согласна, но я просто с ума схожу, когда ты пропадаешь в клубах каждую субботу. Я знаю, что там охрана и что тебя провожают, но я ничего не могу с собой поделать, я мама, мы все такие ненормальные. Я не сплю, пока ты не вернешься. Пожалуйста, я тебя очень прошу, давай найдем компромисс. Я тебе предлагаю: раз в две недели. Я не могу не спать каждую субботу. Пожалуйста, сделай, как я прошу». Подростки уже во многом походят на взрослых. Им нравится и льстит, когда взрослые достойно просят их снисхождения. И если вы не злоупотребляете этим приемом, а пользуетесь им крайне редко, то у девочки должно быть железное сердце, чтобы не пойти на уступку.

Одна опасность при прямой просьбе – это начать бить на жалость. Подростки не очень умеют жалеть. На них не произведет никакого впечатления то, что у вас заболело сердце, что вы пьете валерьянку или еще что-то в этом духе. Не детское это дело – жалеть родителей. Это они будут делать, когда мы будем старенькими и слабенькими или если, не дай бог, с нами случится что-то страшное (тяжелая болезнь или

авария). В данный момент и при нормальных обстоятельствах мы должны быть для них взрослыми и сильными. Но потребовать уважения (не жалости, а уважения!) к вашему праву хоть иногда выспаться в выходные – это вы, безусловно, можете.

Пример давления родительским авторитетом. «Я знаю, что ты не любишь зубрить, но у тебя, честное слово, достаточно способностей, чтобы учиться в университете. Это совсем не то, что школа, и очень обидно себя этого лишать. Давай хотя бы попробуем исправить оценки, приложим усилия. Я не буду тебя пилить и буду тебе помогать любыми способами. Не получится – значит, не получится. Но я уверена, что надо попробовать. Пожалуйста, дай мне скопировать твоё расписание, с этого дня я буду проверять твои домашние задания. И давай носи дневник. Да, сейчас. Мы выберем предметы, которые надо подтянуть в первую очередь, и наймем репетиторов. Со следующей недели. Согласен?» Последний вопрос, конечно, риторический. Ответить на него отрицательно нельзя, это ясно. Почему это может сработать? Потому что подростки во многом ещё дети. Конечно, они знают, что надо хорошо учиться, просто им это лень и не важно. И поэтому неосознанно они испытывают облегчение, когда родители берут на себя решение таких вот щекотливых вопросов. Всегда можно сказать друзьям: «Нет, я не могу сейчас выйти онлайн, ко мне скоро придет этот приду-

рок-репетитор, и мама меня убьет, если я все не дорешаю. Тоже мне нашли Эйнштейна!» Таким образом, вы даете ребенку возможность исправить оценки и при этом сохранить свой имидж лентяя, который он так долго и с любовью выстраивал перед своими друзьями.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.