

УСЛЫШАТЬ И ПОМОЧЬ

ПОМЕНЯТЬ КРУГ ОБЩЕНИЯ

Жанна ГАЖЕВА: «Моя дочь уже окончила школу. Но тот период в нашей жизни вспоминаю с содроганием. Я одна растила ее. После развода с мужем мы остались без жилья и часто вынужденно переезжали из одной съемной квартиры в другую. Работа была стабильная, но малооплачиваемая, как и по всей республике. Из-за бытовых проблем и постоянного нервного напряжения не сразу заметила, как изменилась дочь. Из веселого и ласкового ребенка она превратилась в замкнутого, колючего и совершенно чужого человека. Так как это произошло в подростковом периоде, я ссылалась на возрастные изменения. Тревогу забила, когда она примкнула к одной из субкультур, отличающихся мрачным образом и навязчивыми мыслями о смерти. Я даже не заметила этого перехода. А проанализировав и разложив по полочкам предшествовавшие этому событию последние месяцы, поняла, насколько слепа была к ее призыву о помощи. Правда скрывалась в мелочах - брошенной фразе об одноклассниках, нежелании ходить именно в эту школу, частом недоумении неизвестного происхождения. Дочка всячески пыталась противостоять окружению, в которое привела ее я. Впоследствии узнала, что она была вынуждена принять их «религию», чтобы ее не третировали так, как это делали с «инакомыслящими». Бедная девочка. Пока я решала свои проблемы, чуть не потеряла самое дорогое, что есть в моей жизни. В тот день она была особенно обозленной. На мое

ности сказала, что скоро избавит меня от себя, потому что ее жизнь не имеет смысла. Если бы я всерьез не отреагировала на ее заявление, страшно представить, что могло бы произойти. В школу я ее больше не пустила и в спешном порядке перевела в другую, заранее узнав, есть ли там неформальные субкультуры и вообще обстановку в конкретном классе. И, конечно же, постаралась стать ей другом, а не родителем-надзирателем, который умеет только отчитывать и требовать послушания. Иногда для спасения ребенка достаточно просто поменять школу, а вместе с ней и круг общения, который, несомненно, оказывает сильное влияние».

СИЛА ПРОТИВ СИЛЫ

Елена ГООВА: «Конфликты могут быть разными, и не всегда они возникают в подростковом периоде. Наш сын учился в первом классе, когда я заметила что-то неладное. Поскольку у нас с мужем полный рабочий день, сына отдали в прогимназию, где он находился с утра до вечера. Мальчик стал очень тихим, замкнутым, мало улыбался. Хотя всегда отличался веселым, открытым и добродушным характером. Его нежелание ходить в школу мы не воспринимали всерьез. Ну кто из нас в свое время с удовольствием учился? То, что его кто-то обижает, мы исключали, потому что он занимался в секции каратэ, я каждый день спрашивала, как прошел его день, не обидел ли его кто-то в школе. На это он всегда отвечал, что все прекрасно, со всеми у него хорошие отношения. Поначалу настоятельно, что на мое предложение в случае чего непременно давать сдачу любому обидчику, он настойчиво утверждал, что

Каждый родитель хочет, чтобы его ребенку было комфортно в школе, учителя его любили, а одноклассники дружили. К сожалению, так бывает не всегда. Но о том, что у него есть проблемы, иногда мы узнаем поздно. И чаще всего не от самого ребенка. Потому что он молчал, а родители не были достаточно внимательны. Тема не новая, но всегда актуальная. Почему так происходит и что с этим делать? Об этом мы спросили не только психолога, но и родителей, которые прошли через это. **• АКТУАЛЬНО**

слишком слаб для отпора. Переубедить в обратном было невозможно, он начинал истерить и доказывать свою слабость. Так продолжалось почти год. Тревогу забила, когда учительница спросила: «В вашей семье все в порядке? Что-то ваш сын стал очень замкнутым, может подолгу сидеть, уткнувшись в одну точку». Тогда-то я и устроила допрос, сквозь слезы и истерики поняла, что один из одноклассников при поддержке своих дружков регулярно третировал его. Об этом незамедлительно сообщила учителю и предупредила, если она не примет меры, будет серьезный разговор с родителями мальчика и, если понадобится, история получит огласку. Учительница приняла, на мой взгляд, мудрое и достаточно жесткое решение. Она при всем классе объяснила тому мальчику, что наш сын давно ходит на каратэ и не дает ему отпор лишь потому, что одним ударом может убить его. «Ты слабее его, вот он тебя и жалеет. Если еще раз косо посмотришь в его сторону, я ему разрешу ударить тебя», - эти слова оказали глубокое воздействие на поверившего в свою безнаказанность хулигана. Иногда против силы надо противопоставить другую силу. С этого дня наш сын снова поверил в себя и пользуется уважением одноклассников, а тот мальчик вскоре после этого перешел в другую школу. Наверное, не смог смириться с тем, что его прилюдно выставили слабым и он потерял статус вожака. В детском возрасте, когда учителя еще пользуются беспрекословным авторитетом, намного легче решать такие конфликты. Уже в раннем возрасте надо чутко относиться к любым изменениям в поведении ребенка. Иначе затянувшийся конфликт ни к чему хорошему не приведет.

СТАТЬ ДРУГОМ, А НЕ НАДЗИРАТЕЛЕМ

На вопрос, почему чаще всего дети скрывают от родителей конфликт в школе, педагог-психолог Элла ШВЫРКОВА ответила: «В основном это защитная реакция. Но каждый случай индивидуальный. Я всякий раз говорю, что самое главное - выстроить родителям доверительные отношения со своим ребенком, чтобы они были друзьями и не боялись рассказывать правду. Дать понять ему, что если даже он не будет прав, вы поймете и поддержите его, несмотря ни на что. Просто этот неправильный поступок будет уроком для него. Обязательно нужно обсуждать, как бы он поступил на месте другого человека. Я часто использую эту практику, и дети слышат меня. До современных детей крайне сложно достучаться, действуют только доверительные отношения. Сейчас родители очень заняты делами и часто не имеют возможности выслушать своего ребенка. Многие просто откупаются дорогими подарками, забывая, что для ребенка каждая мелочь - трагедия. Если ребенок обратился к матери или отцу, а те не нашли время для разговора, с большой вероятностью, он больше не обратится к ним за помощью. Сейчас с сожалением могу констатировать - очень много детей говорят, что не любят своих родителей, особенно мам. Мне как матери больно такое слышать. Переубедить их бывает крайне сложно. Какой путь в сложной ситуации выберет ребенок, на 99 процентов зависит от родителей. Им надо только услышать крик души ребенка и помочь».

Алена ТАОВА

патриму, а порой косвенно ведут к ней, матери. Она в современном мире стала главнее, чем отец. И эти уже яркие, бросающиеся в глаза признаки матриархата тоже отражаются не лучшим образом на сыновьях и дочерях. В брюках, садясь за руль автомобиля, мамы отводят детей в садик, школу, кружки, штудируют вместе с ними учебники и норовят отвести мужу роль свадебного генерала: хорошо, что ты есть, но молчи. Конечно, много сильных отцов-лидеров, однако тренд в сторону матерей очевиден.

ЧЕГО ОПАСАТЬСЯ?

Психолог МКОУ «СОШ №11» г.о. Нальчик Элла СОКУРОВА говорит:

Часто мамы пытаются вылепить из детей то, о чем сами мечтали. Допустим, была мечта стать врачом. А дочь тяготеет к музыке. Попытки искусственного программирования на совершенно чуждые роли нередко приводят к конфликтам.

Особенно глубока связь между матерью и дочерью. Порой настолько, что дочь, долгое время ухаживая за больной матерью, а затем похоронив ее, может потерять всякий интерес к жизни. Срастание чревато. С детства мать должна давать ребенку свободу жить. Не надо делать за него домашнее задание — это его уроки, его школьная жизнь. Дистанция между матерью и ребенком должна соблюдаться. Постоянное грубое вторжение в личное пространство сына или дочери лишает их возможности стать личностью, осознать свою уникальность. Надо уважать человеческое достоинство ребенка, недопустимо его ругать не-

посредством подчас неосознанного соперничества. Нередко приходится наблюдать, как у матери, которая прекрасно готовит, дочь вырастает даже без отдаленных понятий о кулинарии. Или швея не учит шить. Гармония в семье возможна, когда есть доброжелательное обучение без оскорблений, обилие без кнута. Учить жить — это давать навыки: научить готовить, убирать, шить, плавать, танцевать и т.д. И вместе переживать радость бытия. Учиться в школе, вузе, потом работать, выходить замуж, воспитывать детей — это прежде всего счастье. Не надо программировать, что этот обязательный арсенал — тяжелая ноша, страдания. Родители должны открывать ребенку мир доверительного общения, душевной близости, любви, который полон улыбок, а не слез. «Я всю жизнь работаю», — говорят многие с горечью. А что в этом плохого, ведь любимая работа — источник вдохновения. Просто надо найти свое призвание. И мать как никто другой может подсказать, как не совершить роковую ошибку в выборе профессии. Самореализация чрезвычайно важна не только для юношей, но и для девушек — в рамках формулы «выйти замуж и родить» уже мало кто живет. У счастливых, открытых миру женщин вырастают дети с духом свободы, которые меняют мир к лучшему.

БУДЬ КАК ВСЕ!

Многие мамы боятся кардинальных отличий своих детей от других. Стыдятся физических недостатков, крайне редко на свадьбе можно увидеть детей с ограниченными возможностями здоровья,

и потом уже у выпускников. Престижный вуз — удачное замужество (женитьба) — дети — работа: такой судьбы желают все матери своим детям. Но у отпрысков жить по кальке не всегда получается. Один уезжает учиться на художника после инженерно-технического факультета, второй занимается бизнесом в Москве после медицинского факультета в Нальчике, третья поет в ресторане в Санкт-Петербурге, четвертая пишет рассказы, а уж семейная жизнь вообще не укладывается ни в какие форматы. Современным родителям, хотя бы они этого или нет, приходится принимать детей такими, какие они есть. Часто это больно. Конфликты неизбежны. Но через боль и страдания надо идти к примирению. Даже в школьные годы многие мамы из добрых побуждений в общении с ребенком занимают позицию диктатора. Авторитарный стиль общения неизбежно приводит к протесту. Мамой быть нелегко, а точнее это самая сложная наука, и по книгам ее освоить невозможно, надо чувствовать ребенка. Мать видит страх в глазах ребенка, ей не нужны слова, она по выражению лица, дыханию, интонациям определяет его физическое и душевное состояние. Но попытка держать ребенка в клетке, чтобы он был «как все», в большой степени продиктована стереотипами в обществе. Не только мать должна понимать детей, но и они ее. Мы должны признать, что груз ответственности за ребенка медленно, но верно переносится на мать. А она устает от работы и домашних дел, ей тоже надо хоть немного лирики. Материнство никак не перечеркивает

дочь уйдут. Они могут жить рядом, но не будут ценить мать. Каждый человек — планета, и важно свою отдельность, самостоятельность, самодостаточность сохранять.

НА УДАЧУ — НЕУДАЧУ

Есть программирующие слова, которые поддерживают ребенка даже после смерти матери: «У тебя все получится», «Я в тебя верю». А есть разрушающие: «Глаза бы мои тебя не видели», «Чтоб ты сквозь землю провалился», «Мне не нужен такой плохой мальчик». И тут запускается программа саморазрушения, потому что с детства в ребенке установка, что ему лучше не быть, не жить, и появляются алкоголь, наркотики, преступления — все, что может разрушить и убить. Мамы имеют большое влияние на детей, они их буквально лепят. И в формировании личности каждого человека мать играет самую важную роль. Она скажет: «Что ты ведешь себя как маленький» и может навсегда убить способность быть ребенком. А это очень дискомфортное состояние, ведь недаром сказано: «Будьте как дети», то есть непосредственными, открытыми, счастливыми.

Ничьи слова и чувства так не важны человеку, как слова и чувства матери. Ее любовь, тепло, ласка важны ребенку не только в детстве. Он пронесет их через всю жизнь. Школа будущих матерей, на мой взгляд, необходима для всех. И чтобы там учили не только пеленать младенца, но и разговаривать с ним, развивать. Жить вместе и травмируя. Любить сложно. Но это единственный смысл бытия.

Елена АППА

ФОРУМ ШКОЛЬНИКОВ ЛЕСКЕНСКОГО РАЙОНА

близнему», заместитель председателя ДУМ КБР Алим СИЖАЖЕВ, заместитель председателя КБРО «Союз машиностроителей России», член регионального



Уже не удивляет, что инстаграм, вытеснив все остальные социальные сети, набрал такую популярность у нас, где «понт» освещает нашу жизнь ярче солнца, а потребность быть в курсе чужой жизни, а по случаю еще и дать «дельный» совет удовлетворяется ежедневно.

Тема, в общем-то, не новая. Об этом много пишут, спорят, доказывают и проверяют. Но с каждым годом мы все больше чувствуем негативное влияние соцсетей на наше самочувствие и ощущение себя в этом мире.

Следует отметить, что речь не идет о людях, использующих инстаграм для обмена полезной информацией, учебы, работы, личностного или профессионального роста, а также рекламы своего продукта. В этом случае инстаграм не мешает для ведения бизнеса, особенно небольшого.

Но есть и другая сторона - афиширование якобы насыщенной личной жизни. Из нас, пользователей инстаграма, периодически не ловил себя на мысли, что у других все так интересно, а в моей жизни - беспробудная серость. Казалось бы, чужой пример должен стать стимулом к движению вперед. Но на самом деле происходит обратная реакция. Человек падает в депрессию. Не зря психологи считают инстаграм опасным для психического здоровья, потому что вызывает чувство одиночества и нереализованности.

МНИМАЯ ЖИЗНЬ

Не могу сказать, что я активный пользователь. Но уже вошло в привычку ежедневно заглядывать в инстаграм, чтобы узнать, что нового произошло у других. И всей своей способности логически мыслить и умения отличать постановочные фото и видео, периодически ловлю на мысли: гиперреальная жизнь проходит мимо меня. Что же тогда говорить о людях и неокрепших умах?



или Ярмарка тщеславия

ощущают себя еще более подавленными и одинокими. Ревнуют к ровесникам даже за то, что их посты собирают больше «лайков». Истец также сетует, что многие инстаграмзависимые живут только количеством «лайков» и даже готовы покупать себе подписчиков. Со временем у таких людей снижается интеллект, появляются гипертоническая болезнь, утомление, стресс и при попытке сделать селфи может произойти несчастный случай.

- Запретить - это не выход, - говорит

ливую семейную жизнь. Дает советы по ведению домашнего хозяйства, воспитанию детей, гармоничным отношениям с мужем. На самом деле супружеские отношения в этой семье далеки от идеала, а дети страдают от отсутствия внимания со стороны матери. Да, на фото они выглядят счастливыми. Но какие усилия мам-блогер прилагает, чтобы они улыбнулись по щелчку. Мне иногда кажется, что она покупает им хорошую одежду и игрушки только для фотосессий. Муж давно

картинкой? К тому же надо помнить - по-настоящему счастливый самодостаточный человек не будет афишировать свою личную жизнь.

СЧАСТЬЕ ЛЮБИТ ТИШИНУ

«Чем больше пустоты в душе, тем большим шумом надо ее заполнить», - сказал один мудрец. Слово знал, что наступят такие времена. По-настоящему занятому человеку некогда путешествовать по просторам виртуального мира, у него и в реальном достаточно дел. Успешные, реализованные люди, как правило, стараются не выставлять свою личную жизнь напоказ, оберегая от посторонних глаз.

- Я часто говорю, что счастье должно быть тихим, - говорит Э. Швыркова. - Только представьте ситуацию: разведенная женщина с детьми, кучей проблем и постоянными стычками с «бывшим» заходит на чью-то страницу. А там счастливая, ухоженная, улыбающаяся женщина в объятиях любимого человека и большого букета цветов. Думаете, первая испытает большую радость за нее или пожелает огромного счастья? Ничего подобного! Скорее всего, у нее возникнут злость и зависть, подумает: почему у нее этого нет, неужели она не достойна такого же счастья? А это очень разрушительная энергия, и даже если она возникнет на несколько секунд, все равно дойдет до той счастливой. Потому что для силы мысли не существует времени и расстояний. А сколько таких обозленных людей могут за день побывать на странице той женщины? Вот почему якобы счастливые на страницах соцсетей люди через некоторое время в реальной жизни остаются одни. Безусловно, есть и позитивные посетители. Но я считаю, что рисковать не стоит. Тем более вовлекать в это детей, защитное поле которых еще очень слабо