

ПОДРОСТОК И ОТВЕТСТВЕННОСТЬ



Как развить самостоятельность и осознанность

«Ты такой безответственный, ничего тебе доверить нельзя!» — такие обвинения нередко может услышать подросток во время ссоры с родителями. Многие мамы и папы уверены, что ответственность — это черта характера, которая будто бы возникает сама по себе. Однако именно родители могут привить ребенку способность отвечать за свои поступки и осознавать последствия.

Подростковый возраст — это сложный период как для родителей, так и для самих детей. Во время взросления ребенок проходит несколько психологических этапов, среди которых сепарация (отделение от родителей), индивидуализация (становление личности, адаптация к требованиям окружающей среды) и самоидентификация (ребенок отвечает на вопросы: «Кто я?», «Какой я?», «Как ко мне относятся окружающие?»).

И очень важно, чтобы в этот период родители всегда были рядом с ребенком, были для него опорой, создали безопасное окружение, подсказывали, но при этом

позволяли самостоятельно совершать ошибки. Именно такие действия и помогают развивать ответственность.

Что такое ответственность и как ее воспринимают дети и взрослые

Недавно группа психологов провела исследование: они спросили у младших школьников, подростков и взрослых: «Что такое ответственность?» Оказалось, что для младших школьников это понятие связано с положительными качествами человека: «Когда ты хороший, умный и так далее». Для подростков ответственность ассоциировалась с уголовным наказанием, виной и свободой. Ответственность для одной группы взрослых была связана также с наказанием, порицанием и виной. А для другой группы взрослых — это мощный инструмент изменения качества жизни.

С точки зрения науки ответственность — это прежде всего категория нравственности. Это правильное восприятие реальности, контроль над собственной деятельностью, обязанность отвечать за поступки и их последствия, надежность и честность в отношениях, в том числе принятие результата своих действий и желание исправлять ошибки, способность к саморазвитию и даже желание изменить мир.

Психологи уверены, что ответственности можно и нужно научить, это качество прекрасно развивается с помощью определенных приемов.

И именно в подростковом возрасте дети наиболее восприимчивы к ним.

Приемы развития ответственности у ребенка

Развивайте самостоятельность. Родителям стоит специально создать обстоятельства, которые потребуют от ребенка понимания, что никто кроме него не сможет сделать необходимое. Например, мама не успела приготовить обед к его приходу из школы. Проведите с подростком инструктаж, дайте ему продукты: пусть приготовит обед сам.

Дайте важное поручение (нагрузку) — развивать ответственность очень помогают и общественные поручения. Например, когда в школе ребенка назначили старостой или дежурным. Он отвечает за определенный фронт работ перед педагогом и одноклассниками.

«Обменяйте» ответственность на права. Пойдите на компромисс: например, если ребенок сходит в магазин за продуктами к ужину, он сможет купить что-то и себе. Или если он сможет самостоятельно дойти из школы до дома, то в будущем может сходить с друзьями в кино.

Он берет на себя ответственность — получает дополнительные права и становится взрослее.

Этапы формирования ответственности

Условно в формировании ответственности можно выделить несколько этапов.

1. Родитель объясняет цели определенных действий и последствия их невыполнения.
2. Родитель обучает ребенка, опираясь на его сильные стороны.
3. Ребенок осознает необходимость действий, принимает решение их выполнять, но периодически забывает.
4. Родитель периодически напоминает ребенку о его намерениях.
5. Конечная цель «обучения» — формирование полной самостоятельности. Ребенок осознанно принимает решение заниматься чем-либо. В напоминаниях больше нет нужды.

Чаще всего к конечной цели дети приближаются в начале школьной жизни, но бывает и так, что к полной самостоятельности дети приходят в подростковом возрасте.

На что стоит обратить внимание при формировании ответственности

Давайте ребенку право на ошибку. Если он принял самостоятельное решение и ошибся, никогда не произносите фразы типа: «Ну вот, я же говорил!» или «Нужно было сделать так, как я сказал». Лучше расскажите подростку, что жизни без неудач не бывает, бояться ошибок не стоит, нужно уметь признавать их и извлекать из них уроки. Вместе проанализируйте произошедшее, продумайте, что ребенок сделал неправильно, порассуждайте, как нужно было поступить.

Подросток должен понимать, что у него всегда есть свобода самостоятельных действий, но при этом родители всегда поддержат его и помогут осознать ошибки.

Опирайтесь на возможности и сильные стороны ребенка и помните, что подростку очень важна похвала. Даже если у него нет очевидных успехов, хвалите за любые мелочи — ему важно ощущать себя значимым и успешным.

Не навязывайте своих целей и решений. Родители обязательно должны знать о целях и желаниях своего ребенка, спрашивайте о них как можно чаще.

Не сравнивайте подростка с кем бы то ни было. Ребенок может воспринять такое сравнение как обиду. И после таких сравнений желание что-то продолжать и принимать свои собственные решения просто исчезает.

Подкрепите права обязанностями. Чем больше подросток берет на себя обязанностей и чем лучше он их выполняет, тем больше прав он получит. И наоборот: не выполняя взятые на себя обязательства, он может потерять часть прав.

Разграничьте зоны ответственности. Родители буквально могут составить план, в котором расписать, кто за что отвечает. Например, мама отвечает дома за обед, а ребенок — за чистоту своей комнате.

И если мама недовольна тем, как ребенок убрался в комнате, она может мягко сказать ему об этом, установить сроки и правила, но ни в коем случае не делать работу за него.

Иначе он просто будет знать о том, что не всегда можно быть ответственным и выполнять свои обещания.

Подготовьте подростка к трудностям и демонстрируйте пути решения проблемы. В том числе расскажите и о юридической ответственности.

Разумеется, не стоит запугивать ребенка ужасными последствиями, но рассказать о том, что может произойти, вы должны.

Введите санкции (а не просто отругайте) за безответственное поведение. Именно санкции помогут усвоить урок и осознать последствия — ребенок должен понять, что из-за своего безответственного поведения он теряет доверие родителей. Например, подростка попросили сходить в магазин и дали определенную сумму денег. Он вместо этого пошел в кино и все потратил. В следующий раз такую ответственность ему не доверят, но и денег на кино не дадут.

Уменьшаются обязанности и ответственность — уменьшаются и права.

Воспитывайте личным примером. Если родители, объясняя свои неудачи, сваливают вину на кого-то другого или на обстоятельства («Сам не знаю, как так получилось», «Я ничего не могу с этим поделать», «Как ты сказал, я так и сделала», «Это начальник виноват, что мне не дали премию» и т. п.), то и ребенок будет следовать примеру мамы и папы.

Научите подростка честно признавать свои ошибки. «Я ушел с урока, потому что захотел погулять», а не «...потому что Федя предложил погулять». «Я подрался, потому что я разозлился и не смог сдержаться, когда Петя назвал меня дураком», а не «Я подрался с Петей, потому что он полез на меня с кулаками».

Подросток должен сам осознанно делать выбор в пользу определенного действия (или бездействия) и не представлять себя в качестве жертвы других людей или обстоятельств.

Что делать, если ребенок не хочет взрослеть?

Многие дети не хотят взрослеть, потому что не видят в этом ничего привлекательного. В этом случае родителям помогут следующие рекомендации.

- Продолжайте делать то, что считаете нужным. Слушайте свой внутренний голос, даже если окружающие могут быть не согласны.
- Не перегружайте ребенка ответственностью и давайте посильную нагрузку. Она должна быть достаточно продуктивной, чтобы подростку было интересно, но и не слишком тяжело.
- Привлекайте ребенка к помощи в семейных делах, к своим размышлениям, как лучше сделать то или иное дело. Говорите и советуйтесь на темы семейного бюджета, семейных проблем, своих собственных проблем и желаний.
- Учите справляться с трудностями, помогайте в делах, которые для ребенка пока еще трудны.
- Разговаривайте с подростком о его планах и сомнениях, даже если эти планы кажутся вам странными, глупыми, недалёковидными. Ни в коем случае не отрицайте их. Современный мир настолько изменчив, что нередко бывает так: подросток действительно лучше знает, что для него предпочтительнее. Например, раньше считалось, что после школы обязательно поступить в вуз и получить одну основную профессию. Сегодня же профессиональная мобильность (получение нескольких профессий) считается нормой и такие специалисты очень востребованы.
- Не путайте ответственность и послушание. Послушный ребенок выполнит требование, но не осознает его целесообразность и правильность, сделает это формально. Ответственность же подразумевает наличие осмысленного, самостоятельного решения, последствия которого ребенок сможет оценить сам.

Таким образом, мы выяснили, что ответственность — это нравственное понятие и его можно и нужно развивать с детства. А подростковый возраст является наиболее благоприятным для его формирования. Родителям важно не только давать советы, прислушиваться к ребенку и быть его опорой, но и собственным примером показывать, что такое быть ответственным.

*Гавриленко Татьяна Ивановна – педагог - психолог,
консультант Службы психолого-педагогической,
методической и консультативной помощи родителям.
Запись на бесплатную консультацию по телефону 8 416 2 226 247*