

«Что делать с подростком, если он не хочет учиться, сидя на карантине?»

✍️ Михаил Лабковский

Представьте, что вам надо было подготовить очень сложный отчёт по работе. Вы старались, писали его, не спали ночами, но начальник вас отругал. Вы приходите домой и рассказываете о ситуации своим близким. А близкие вам на это отвечают: «Да потому что головой надо было думать!». Или: «Да видел(а) я, как ты готовился/лась!» «Из тебя вообще никогда ничего не выйдет...» – и дальше по списку.

Или так. Вам надо подготовить большой отчёт, а муж постоянно заходит в комнату с вопросами: «Ну что, готовишь?», «Как там твой отчёт?», «Ты почему в окно смотришь, а отчёт не делаешь?», «Посмотри на себя, тебя же уволят!».

Представили? Согласитесь, настоящий ад.

Мало того, что надо отчитаться перед боссом, так ещё и дома у вас нет никакой поддержки. Вы окружены контролем и критикой, а если пытаетесь отвлечься и получить поддержку у друзей, то слышите, что вас «одни тусовки интересуют» – и дальше по списку.

Дорогие друзья, карантин – карантин, но не надо превращать жизнь своих детей в кошмар, из которого невозможно проснуться.

Не надо лезть во все их учебные дела, стоять над ними как полицейские, проверять уроки и орать. Это ужасно. Вы сами такого не выдержали бы.

Тут обычно родители возражают: «Но, если отпустить контроль, он вообще ничего делать не будет!»

Рассказываю, как отпустить контроль над жизнью школьника и при этом не сойти с ума.

💡 Первое. Признайте наличие проблемы. То, что вы бегае проверяя уроки, не даёте своему ребёнку расслабиться и просто не доверяете ему, – признак того, что в ваших отношениях уже всё «не слава богу». Если ребёнок постоянно вам врёт, это значит, что он боится говорить правду.

Если вы чувствуете, что без вашего контроля он ничего не сделает – это означает, что вы уже успели погасить в нём стремление к самостоятельности и независимости. И это не значит, что вам достался такой «ленивый» или «лживый» ребёнок. Это значит, что в отношениях с вами ему ничего не остаётся, чем вести себя именно так.



💡 Второе. Скорее всего, вы не виноваты, что выстроили такую модель поведения с ребёнком. Полагаю, именно так вас воспитывали ваши родители – через тревожность, контроль и так далее. Не надо себя за это корить. Вы сами дёргаетесь и поэтому дёргаете ребёнка. **Вспомните про «кислородную маску»: сначала её надо надеть на себя.** Заживите своей жизнью. Сделайте её, насколько это возможно сейчас, на карантине, интересной и насыщенной. Смотрите фильмы, читайте книги, общайтесь с друзьями по телефону или в мессенджерах.

💡 Третье. Есть одно простое условие, чтобы поводов поддёргать школьника вообще не было. Скажите так: «Сынок (дочка), ты живи, как хочешь, делай уроки, когда сам(а) считаешь нужным. Пока школа не беспокоит меня – я не трогаю тебя. Но если мне будет звонить учительница/директор, будут санкции». **Научите ребёнка самостоятельно решать свои проблемы с успеваемостью.** Самому договариваться о пересдачах, если он провалил тестирование. Самому исправлять двойки, без вашей «помощи». Ведь, когда он станет взрослым и пойдёт на работу, вы на соседнем стуле на собеседовании сидеть точно не будете.

Ну и последнее: как я уже говорил, школа однажды кончится, а ваши отношения с ребёнком – нет. Подумайте об этом.