

# Радянська 5'87

## Жінка

ISSN 0131-6753



# Ч

асто мені доводиться чути:

— Вікторе Андрійовичу, допоможіть! Зовсім відбився від рук мій Валерка. Додому приходять опівночі, в кишенях цигарки, а якось і спиртним від нього тхнуло. І слова йому не скажи, грубіянить, погрожує, що з дому піде. Гроші недавно зникли і чимали. Питала — мовчить. Потім виявилось: мопед купив, у товариша тримає. Біда! Що робити?..

Знайомо ситуація, чи не так? А буває й гірше. Трапляються, хоч і поодинокі, підлітки, які стають наркоманами, чинять злочини. Це вже не просто біда, а трагедія, інколи непоправна.

Над проблемою «важких» підлітків працюють психологи і медики, педагоги і соціологи, юристи. Хвилює вона всю нашу громадськість, письменників, журналістів. І не можна сказати, що вже знайдено універсальну відповідь на питання, що ж робиться з нашими милими ласкавими дітьми, коли починається в них так званий перехідний вік. Проблема ця дуже актуальна, та чи нова вона?

«Молодь тепер любить розкоші. У неї кепські манери. Вона зневажає авторитет, у неї нема шанси до старших. Вона займається базіканням, замість того, щоб працювати. Молоді люди вже не підводять, коли заходять старші... Вони перечають своїм батькам, лихословлять у това-

«балдіє». Нікого слухати не хоче. Може, якесь нервово захворювання? Як бути?

А що ж це справді — хвороба чи тимчасова «переоцінка цінностей»? Давайте спробуємо знайти оте джерело бурхливого потоку негативних емоцій, почуттів, вчинків наших синів і дочок. Справа в тому, що підлітковий вік — дійсно особливий, напружений, мабуть найскладніший період формування організму, особистості. В цей час докорінно перебудовуються багато функціональних систем, насамперед нейроендокринна. Та найскладніші процеси відбуваються в психічній, емоційній сферах. Здійснюється справді революційне зрушення самосвідомості, коли дитина, яка звикла раніше оперувати поняттями, категоріями, прищепленими їй дорослими, раптом починає усвідомлювати власну індивідуальність, претендувати на незалежність. І, зрозуміло, всіма силами намагається утвердити ці новоздобуті і такі цінні для неї якості, відстояти їх від «зазіхань» дорослих. Такі вже закони психології: особистість утверджує себе протиставленням. А поруч ми — батьки, вчителі. От і атакує підліток ці авторитети, відстоюючи свою, часто сумнівну, точку зору.

Період цей дуже відповідальний. Тож і завдання перед нами надзвичайно важливе: вміло спрямувати оте «протиставлен-

з психофізіологічних особливостей підліткового віку. Краще при нагоді, ніби між іншим, на вдалому прикладі дати зрозуміти підліткові його помилки. Тут доцільні й дотепні жарти, і м'який, добрий гумор. Головне — ніколи самі не загострюйте ситуацію, наче шукаючи привід для чергового конфлікту. Навіть роблячи зауваження, дайте зрозуміти, що незадоволені не самим підлітком, засуджуєте не його як особистість, а лише якийсь конкретний вчинок, певну рису характеру. Хай знає, що ви любите, цінуєте його, що він дорогий вам такий, як є, але ви хочете бачити його кращим, продемонструйте свою впевненість у тому, що він гідно подолає всі труднощі.

І ще про одне хотілося б сказати. Слово — це, звичайно, істотний, але далеко не визначальний аргумент у процесі виховання. Коли в сім'ї підліток бачить фальш, обман, постійне недовір'я одне до одного, то всі ваші заклики до відвертості, правдивості викликати будуть у нього протилежну реакцію. Коли він знає, що мати потай приносить з м'ясокомбінату, де працює, кілце ковбаси, хай та не дивується, виявивши, що з її кишені зникли гроші. Ніколи не домогтися батькам високої моральності у синів та доньок, якщо самі грішати проти неї, самі показують недобрий приклад.

Часто батьки скаржаться, що в підлітко-

## ЦЕЙ ВИБУХОВИЙ, ПЕРЕХІДНИЙ

ристві, заковтують похапцем за столом їжу... і тиранять батька й матір». Правда ж, звучить зовсім по-сучасному? А сказано було Сократом майже дві з половиною тисяч років тому про юних мешканців стародавніх Афінів.

У всі часи підлітковий інфантилізм, вироблене через нерозумне потурання батьків прагнення байдкувати, задовольняти будь-які свої бажання, були причиною ускладнень взаємин між батьками та підростаючими дітьми.

Ми часто повторюємо: діти у нас — єдиний привілейований клас. І це, дійсно, один із чудових принципів нашого суспільства. Та, гадаю, ці привілеї мають реалізуватися насамперед у духовній сфері життя. І сьогодні заклик «все краще — дітям» повинен стосуватися не їжі чи одягу, як у перші роки Радянської влади, не «престижних» речей, як стало звичним нині, а саме духовної сфери: дитина має осягати все найкраще в світі науки, культури, мистецтва, людських взаємин.

Здавалося б, ще два-три роки тому все було легко і просто, — розповідає жінка, прийшовши до мене на прийом. — Сашко був слухняним, добре вчився. А на баяні грав — заслухаєшся! Виповнилося ж йому тринадцять років — ніби підмінили хлопця. Все робить наперекір, зауважиш йому щось — зразу вибухає. У школі з усіх предметів «з'їхав». Баян закинув, визнає тільки поп-музику. Ввімкне на повну потужність магнітофон і, як сам каже,

ная», природний критицизм підлітка на все вульгарне, потворне, огідне, що має місце в житті, не дати розвинути патологічним формам самоутвердження.

Як цього досягти? Головна умова нормального перебігу пубертатної кризи (так учені називають період статевого дозрівання) — це теплі, задушевні і високоморальні взаємини в сім'ї. І якщо батьки не хочуть втратити авторитету в дитей, то передусім вони мусять змінити тактику спілкування із сином чи донькою. Неприпустимий тут авторитарний, диктаторський стиль типу: «не твого розуму це діло», «мала ще, щоб свої погляди мати», «сказано тобі — значить, роби!»

Слід пам'ятати, що однією з особливостей психології підлітків є критичне ставлення до авторитетів, традицій, загальноприйнятої думки. Вони жадають чогось нового, самостійності, прагнуть до всього дійти власним розумом, глибоко пізнати себе й інших. От і допомагайте їм — тактовно, тонко — серцем осягати справжні цінності буття: чуйність, порядність, доброзичливість, потяг до знань, працелюбність.

Цього не зробиш повчальним або наказовим тоном, робити це треба ненав'язливо, принагідно, з тією добротою і сердечністю, з тим терпінням, до яких закликаєте їх самих. І не слід повсякчас дорікати підлітку за кожне його слово, за надмірно критичне сприйняття дійсності, непримиренність до вад дорослих і т. п. Такий вже їхній юнацький максималізм, що випливає

вому віці різко знижується успішність, і запитуєте, чи не спричинено це якимись психічними порушеннями, розладами пам'яті. На ділі все значно простіше. Не розвинувся в підліткові інтерес до навчання, не сформувалася, як кажуть лікарі, психологічна установка, внутрішня потреба в постійному поповненні знань. І причина — не стільки в недосконалості шкільних програм та методик (а вони, до речі, дійсно далекі від досконалості), скільки в неправильному підході самих батьків до справи.

Зізнайтесь, що ви насамперед запитуєте дитину, коли та повертається зі школи або ви з роботи? «Ну, які оцінки в тебе сьогодні? Покажуй щоденник». А треба було б інакше. Розкажи, що нового, цікавого дізнався ти сьогодні в школі? Що розповідали вчителі? І не пошкодуйте часу вислухати оповідь про моря і ріки, про Полтавську битву, про властивості електромагнітів. Хай вимовить син чи донька нові англійські слова, прочитає вам вірш. Так і уроки зайвий раз повторить, краще закріпить у пам'яті, а головне — розумітиме, як зацікавлені ви в його справах, як шануєте знання, радітиме, що й вам розповів щось нове, навчив чогось і вас. І самі побачите, як благотворно впливатиме така ваша позиція на його успішність.

Дивуються батьки, чому це нерідко привабливим стає для дітей поганим приклад, звідки в них жорстокість, наслідуван-

ня огидних звичок, неприйнятних у нашому суспільстві? Чому в молодіжному середовищі пускають зловісне коріння алкоголізм, наркоманія? Вульгарна поведінка, низькопробні танці, пісні? А виною всьому — бездуховність, що оселилася в юному серці. Але ж як і коли вона туди проникла? Мабуть, ще в ту пору, коли пустотливе хлоп'я прив'язало котів до хвоста порожню консервну банку, а дорослі всміхалися, спостерігаючи за «невинною» витівкою. Або тоді, коли захмелілий батько вчинив удома бешкет, лаючи брудними словами матір. І ще тоді, коли не знаходилось у старших часу відвідати разом з дітьми картинну галерею, музей, філармонію, оперний театр, почитати і обговорити книжку, спокійно поговорити про все-все.

Звичайно, це лише окремі аспекти проблеми «важких» підлітків. Але й того досить, щоб зрозуміти: виправляти ситуацію незмірно складніше, ніж запобігти їй. Та коли вже сталися неприємності, піддаватися песимізму не варто. Перебудуйте свій власний стиль спілкування з підлітком, спробуйте знайти ключик до його серця, мабуть, це і зараз не пізно. Та й зрештою, як каже народна мудрість, краще пізно, ніж ніколи.

У справі перевиховання підлітка на допомогу батькам можуть прийти і методи психотерапевтичного впливу, такі, як ауто-

## ВІК

тренінг, іглотерапія, гіпноз, емоційно-вольове тренування, запропоноване професором А. Т. Філатовим тощо. Спеціальні методи психотерапевтичного впливу створюють можливість поступово перебудувати характер, спрямовувати формування особистості в належне русло.

Так що цілком виправданим буде звернення за порадами в цій делікатній справі до фахівців — психотерапевтів, психологів, психоневрологів.

Особливої популярності останнім часом набула психофізична лікувально-профілактична гімнастика. В основі її — методи психологічного тренування, що поєднуються з деякими фізичними вправами. Своєю незвичністю, дієвістю психофізична гімнастика може зацікавити, захопити підлітка, оскільки стимулює його самостійність, розвиває індивідуальність. Навчить її знову ж таки фахівець. Застосовуються в подібних випадках за призначенням лікаря і трави, деякі психотропні медикаменти.

І завжди пам'ятайте, що основою основ, запорукою успіху буде дружба, приязна атмосфера в сім'ї. Жива етика гармонійних людських взаємин є найдієвішими, справді всемогутніми ліками.

**Віктор СКУМІН,**  
кандидат медичних наук.

Харків.



Фотоетюд О. СТЕПАНОВА.