

## **Что могут сделать родители, чтобы предупредить ситуацию уходов и побегов подростков из дома**

1. Осознание факта, что ваш сын или дочь - уже не ребенок (по крайней мере, он или она хочет, чтобы все вокруг так думали), поэтому и отношения с подростком нужно строить ПАРТНЕРСКИЕ. Это значит, что директивный стиль взаимоотношений типа «как я сказал, так и будет» можно с почестями похоронить. Важно предоставлять информацию и факты, а выводы подросток будет делать сам. Многие «капризы» подростков можно понять и принять, если знать психологическую подоплеку их поведения.

2. Общение со сверстниками необходимо подросткам как дыхание, и они чувствуют себя неполноценными, если это стремление остается нереализованным. Очень важно, чтобы у сына дочери была возможность встречаться с друзьями дома. Даже если у подростка нет собственной комнаты, предоставьте ему «крышу» для общения со сверстниками. И тогда дом для детей станет самым притягательным местом.

3. Никогда не угрожайте подростку, что выгоните его из дома, если он сделает что-то не так. К примеру, заявление родителей, чтобы дочь не переступала порог дома, если с ней случится беда (ранняя беременность, изнасилование, опыт употребления наркотиков), могут обернуться трагедией. Вообще, подросток воспринимает угрозы как руководство к действию. Боясь, что его действительно выгонят он уходит сам.

4. Старайтесь вместе решать, как проводить досуг. Если свободное время заполнить интересными и полезными занятиями, многие проблемы будут решены. Подростки готовы посещать любые секции за компанию с приятелем или одноклассником. Организуйте такую компанию, пусть даже для этого вам придется заплатить за абонемент друга или подружки. Все-таки бассейн или секция каратэ- это гораздо лучше, чем «беспризорный» досуг.

5. Старайтесь принимать любые откровения сына или дочери как признак огромного доверия к вам. Выслушайте подростка всегда, особенно если он хочет поделиться с вами чем-то откровенным. Ни в коем случае не высказывайте категорических суждений в его адрес вроде: «Я предупреждала тебя, что так получится!» Не отбивайте у подростка желание советоваться с вами. И тогда с любой проблемой он прибежит именно к вам, зная, что его поддержат и не осудят.

### **Что делать, если подросток уже ушел из дома или такая ситуация повторяется из раза в раз?**

Не пытайтесь решить проблему силовыми методами. Некоторые родители, боясь очередного побега, прячут вещи подростка, запирают его в квартире и т.д. В этом возрасте очень сильно развито стремление к противоречию. Поэтому драконовские меры могут только усилить желание подростка вырваться из дома.

Необходимо проанализировать, почему сыну или дочери было неуютно с вами. Быть может, что-то изменилось в отношениях взрослых? Тогда стоит подумать, как оградить подростка от своих проблем

Ситуация действительно нестандартная, поэтому вам может потребоваться помощь психотерапевта. Хорошо, если вы найдете «узкого» специалиста, который не первый год работает с детьми и подростками. И, конечно, замечательно, если на прием к нему вы придете вместе с ребенком. Всевозможных психологических центров и консультаций сейчас достаточно, поэтому можно обратиться к нескольким специалистам, чтобы найти наиболее близкого по убеждениям специалиста. Не пытайтесь заманить ребенка в кабинет психотерапевта обманом.

Помните, что дети очень хорошо чувствуют ложь взрослых, и непоследовательность родителей принимается ими за образец поведения.