Что делать если мать - одиночка не может найти подход к сыну или дочери в подростковом возрасте.

Многое в психическом развитии и личностном становлении зависит не только от наличия одного или двух родителей, но и от того, как складываются отношения между ребенком и тем родителем, с которым он живет. Большую роль играет и то, в какой форме поддерживаются связи с родителем, который по той или иной причине не может жить с семьей.

Дети из неполных семей ничем не отличаются от своих сверстников из обычных семей и требуют к себе такого же внимания и заботы. Конечно, воспитывать детей в одиночку гораздо сложнее, чем вдвоем, поскольку на процесс воспитания неизбежно накладываются трудности не только в воспитании, но и в личной жизни. Однако даже одинокий родитель - в подавляющем большинстве случаев речь идет о матери-одиночке - может помочь своему ребенку вырасти полноценной личностью.

Вместе с тем очевидно, что одинокой матери придется столкнуться с трудностями и ошибками воспитания. Так, одной из наиболее распространенных особенностей материнского воспитания в неполных семьях становится чрезмерная опека. Мать старается уделить сыну больше внимания, окружить большей заботой, не считаясь со своими интересами и желаниями. В таких условиях ребенок с детства отучается от самостоятельности и инициативы, становится нерешительным и пугливым. Если подобная гиперопека существенно ограничивает сферу общения со сверстниками, ребенок становится некоммуникабельным и скованным. По мере взросления сыновья одиноких матерей все чаще сталкиваются с проблемой нехватки отцовского авторитета, а также с проблемой найти себе образец мужчины, способного удовлетворить его спортивные, технические, естественнонаучные и прочие интересы.

Девочки, в отличие от мальчиков, легче адаптируются к отсутствию отца, с ними обычно бывает меньше хлопот в воспитании, но и по их поведению можно заметить, что им не хватает человека, которым они могли бы восхищаться и по которому могли бы составить себе представление о своем будущем партнере в жизни. Ситуация развода может быть драматичной для девочки, если она привязана к отцу и имеет много общего с ним. Немаловажно, что оставшиеся без отца девочки-подростки начинают чаще ссориться с матерями; их самооценка заметно снижается.

Бывает, материнская гиперопека провоцирует ребенка к деспотической власти над матерью. С детства он начинает эксплуатировать мать в корыстных личных целях, играя на ее чувствах.

Рассмотрев наиболее распространенные варианты развития событий для материнских семей, обозначив основные сопутствующие проблемы, перейдем к рекомендациям по воспитанию подростков, налаживанию и укреплению отношений с ними.

**Рекомендации для родителей**

1. Психологическое воспитание детей в неполной семье должно быть направлено на то, чтобы ребенок в такой семье не чувствовал себя нелюбимым и одиноким. Дети очень отзывчивы на любовь и ласку и никакие подарки, дорогие вещи и одежда не заменят ребенку общения с матерью, ее нежности и понимания.
2. Теплые отношения с матерью непременно помогут подростку понять, как трудно ей справляться со всеми заботами, и он может начать искренне сочувствовать. Разумная мама в такой ситуации не должна допустить ухудшения отношений попытками установить чрезмерный контроль над подростком. Безусловно, подросток в состоянии понять трудности и проблемы матери и взять часть ответственности за семью на себя.
3. Можно утверждать, что полноценное и свободное общение - ключевой фактор успешного воспитания в одиночку. Многие одинокие мамы откровенно рассказывают своим детям о себе и своей повседневной жизни то, что поведали бы своим мужьям. Такие постоянные доверительные беседы способствуют духовной близости и возникновению стабильных теплых отношений с подростком, потому что так ему будет проще поделиться своими сокровенными мыслями.
4. Альтернативы общению нет, и в любом случае первый шаг навстречу подростку должна сделать мать. Тогда он почувствует, что мама с ним, она за него, она хочет понять, что с ним происходит, узнать, чем ему помочь. Понятно, что сближение может быть непростым. К примеру, подросток обижает или провоцирует, грубит или не слушается. И тогда вместо сближения хочется «разобраться» с ним и установить жесткий контроль, наказать. Однако это только ухудшит и без того непростые отношения.
5. Подросток должен видеть, как мать общается с другими людьми, поэтому в доме должны бывать другие взрослые люди. Кроме того, мать должна иметь время на личную жизнь и занятия. Это поможет подростку преодолеть эгоцентризм. Он увидит, что в жизни матери есть другие значимые люди, кроме него, а ее жизнь - это не только он.
6. Подросток должен испытывать на себе как женское, так и мужское влияние, поэтому желательно побольше общаться с надежными и постоянными друзьями (речь идет именно о друзьях, а не сексуальных партнерах) и родственниками противоположного пола (дедушка, дядя, старший брат), приглашая их домой, приходя к ним в гости, проводя вместе досуг, выходные, отпуск. Это облегчит подростку процесс адаптации к обществу.
7. Нельзя исключать из круга общения подростка и бывшего супруга. Если родители действительно заботятся о благе ребенка, нужно научиться жить если не в мире, то хотя бы в состоянии перемирия друг с другом, даже если один не согласен с методикой второго. Это гораздо эффективнее, чем бесконечно искать виноватых. Психологи предлагают решение, которое положит конец ссорам. Оба родителя должны составить список абсолютно всех имеющихся разногласий по поводу вопросов воспитания - кто с чем и в

чем согласен или нет. После этого нужно просто распределить пункты списка между собой, определившись, кто за что отвечает. Теперь можно сказать подростку: «Вопросы, касающиеся школы, решает твой отец, поэтому насчет школьной вечеринки обращайся к нему. Запретит - значит, так и будет». Или: «Деньги на карманные расходы тебе дает мама. Все вопросы по поводу дополнительных расходов решает она, поэтому как она решит, так и будет».

*Педагог-психолог В.А.Путинцева*