



ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ
ДЕТСТВА, СЕМЬИ
И ВОСПИТАНИЯ



ПРОФИЛАКТИКА
федеральный центр

ЗОНА ОТВЕТСТВЕННОСТИ ПОДРОСТКА И РОДИТЕЛЯ

О СПИКЕРЕ

Максудов Рустем Рамзиевич

Эксперт отдела сопровождения специалистов системы профилактики и подготовки наставников Федерального центра профессионального развития специалистов системы профилактики Института изучения детства, семьи и воспитания



ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДОКЛАДА

Цель: показать, как устроено пространство ответственности между родителем и подростком, какие искажения в нём возникают и что сделать, чтобы ответственность развивалась.

Задачи:

- 1) раскрыть понятие зоны ответственности (три зоны, ЗБР);
- 2) показать три искажения и их последствия;
- 3) объяснить российскую специфику — почему отпустить трудно;
- 4) дать инструменты: настоящий договор, возрастная лестница, я-сообщение.

ЦЕЛЕВАЯ АУДИТОРИЯ

Основная: специалисты профилактики, педагоги, социальные педагоги, психологи.

Косвенная: родители, подростки.

Узкая: семьи в конфликте, подростки на учёте.

Три зоны ответственности

Первая — зона подростка. То, что он решает сам.

Вторая — зона совместная. То, что обсуждается и о чем договариваются. Здесь нет единоличного решения — здесь договор.

Третья — зона родителя. Каркас безопасности: жизнь, здоровье, базовые правила, финансовые рамки. Это то, что родитель не отдаёт, потому что несёт за это ответственность перед законом и перед самим ребёнком.

ПРИМЕР РАЗГРАНИЧЕНИЯ ЗОН ОТВЕТСТВЕННОСТИ

Младший подростковый возраст (11–12 лет) — *«Условия и бережный контроль»*. В возрасте 11–12 лет сознание ребенка (его понятийное мышление, способность к волевой саморегуляции и рефлексии) еще находится в процессе формирования и не готово к долгосрочным взаимным обязательствам. Ребенок во многом импульсивен, ориентирован на сиюминутные мотивы и еще только учится соотносить свои желания с долгосрочными последствиями.

Зона подростка (Сужена): Одежда, хобби и свои вещи — да, это уже его зона. А вот **уроки** и **друзья** еще требуют негласного контроля родителя. В 11 лет ребенок еще не может сам полностью организовать учебный процесс, а в выборе друзей может быть очень ведом.

Совместная зона (Форма договора): Здесь «договор» — это скорее **правила, установленные родителем, но объясненные ребенку**. Например, время гаджетов жестко ограничено родителем (каркас безопасности), но внутри этого времени ребенок сам выбирает, во что играть.

Зона родителя (Расширена): Родитель полностью контролирует быт, финансы, здоровье и базовый режим дня.

Три зоны — зона подростка, совместная зона, зона родителя — существуют всегда. В семь лет, в четырнадцать, в семнадцать. Это каркас. Но конкретные вопросы, которые попадают в каждую зону, мигрируют. То, что сегодня было зоной родителя, завтра становится совместной, послезавтра — зоной подростка. Значит, задача родителя — не запомнить таблицу «что кому». Задача родителя — научиться задавать себе следующие вопросы при каждом новом решении, которое возникает в семье: «Это мой ребёнок уже может решать сам? Или мы должны это обсудить вместе? Или это то, за что отвечаю я как взрослый?»

СОВМЕСТИНАЯ ЗОНА ОТВЕТСТВЕННОСТИ

Понятие «зона ближайшего развития» Льва Выготского. Совместная зона ответственности подростка — это и есть его зона ближайшего развития. Это то, что он ещё не может делать полностью самостоятельно, но уже может делать с поддержкой родителя. Задача родителя в этой зоне — не контролировать, а поддерживать. Не делать за ребёнка, а делать вместе, постепенно отступая. То, что сегодня делается вместе, завтра делается самостоятельно. И именно поэтому право на ошибку — это не уступка, а необходимое условие развития. Без права на ошибку зона ближайшего развития блокируется, и подросток не становится субъектом.

РИТУАЛ ПЕРЕСМОТРА ЗОН

Ритуал пересмотра зон: раз в полгода — например, в день рождения ребёнка или в начале учебного года — садиться и пересматривать ваши зоны. Спрашивать:

«Что из того, что мы решаем вместе, ты уже можешь решать сам?

Что из того, что ты решаешь сам, тебе нужна моя помощь?»

Это и есть передача ответственности. Не одномоментный акт, не подарок сверху, а регулярная процедура, в которой участвуют оба.

ТРИ ИСКАЖЕНИЯ

1. **Гиперопека** (тотальный контроль).

Родитель захватывает Зону 1 (зону подростка): «Я решаю, я проверяю». *Крайняя форма — смешение зон* (слияние), когда родитель не видит в ребёнке отдельного субъекта и говорит «мы» вместо «я» и «ты» («мы написали контрольную», «мы поступаем»).

1. **Попустительство** («свобода» без каркаса).

Родитель покидает Зону 3 (свой каркас безопасности). Совместная зона (Зона 2) не выстроена. Подросток остаётся один с рисками.

1. **Парентификация** (подросток выполняет функции родителя).

Подросток несёт Зону 3 (или часть Зоны 2): быт, младшие дети, эмоциональное состояние родителя. Он вынужден стать „взрослым“ без поддержки, лишаясь возможности просто быть подростком — общаться с друзьями, учиться и искать собственные интересы

ПОНИМАЮЩАЯ КАРТА ДЛЯ СПЕЦИАЛИСТА

Понимающая карта для специалиста: как увидеть искажение.

Почему «понимающая», а не «диагностическая»: диагностика — сложная работа, требующая специальной квалификации. Наша задача иная: понять, где искажены зоны и с чего начать разговор. Карта — не вердикт и не «диагноз» в личное дело, а гипотеза, которая проверяется в диалоге с семьёй.

Вы можете спросить: «За что отвечает в Вашей семье Вы, а что Ваш ребенок? (например, «Кто решает, когда подросток делает уроки?» или «Кто решает, с кем он дружит?»). По ответу вы можете сразу увидеть, где в семье искажены зоны. Вот четыре маркера:

МАРКЕРЫ ИСКАЖЕНИЙ

Маркер 1: Гиперопека (включая крайнюю форму — смешение зон)

- **Ответ родителя:** «Я решаю. Я проверяю. Я не могу доверять». Или (при смешении зон): «Мы решили. Мы так договорились. Мы поступаем».
- **Ответ подростка:** «Мама решает». Или (при смешении): «Мы решили. Мама сказала, и я согласился» (отсутствие собственного голоса).
- **Дополнительный маркер:** Родитель говорит о подростке в третьем лице в его присутствии, перебивает, заканчивает фразы. При смешении зон родитель использует местоимение «мы» там, где речь идёт о решении или действии только ребенка.
- **Понимание искажения:** Зона подростка захвачена родителем. При смешении зон граница стёрта полностью: родитель не видит в ребёнке отдельного субъекта, воспринимая его как продолжение себя.

Маркер 2: Попустительство (оставленность без каркаса)

Ответ родителя: «Пусть сам решает. Я не вмешиваюсь. Это его жизнь. Я не хочу давить».

Ответ подростка: «Никто не решает. Как хочу, так и делаю».

Дополнительный маркер: Родитель отстранён, говорит о подростке с безразличием или усталостью. Подросток либо агрессивен, либо апатичен. Нет ритуалов совместного обсуждения.

Понимание искажения: Зона подростка существует, но без каркаса Зоны 3. Совместная зона (Зона 2) отсутствует — нет пространства для договора.

Маркер 3: Парентификация (ребёнок в роли родителя)

- **Ответ родителя:** «Он сам всё решает. Он у меня уже взрослый. Он меня поддерживает. Без него я бы не справилась».
- **Ответ подростка:** «Я решаю за всех. Я должен. Без меня никак. Мама без меня не справится».
- **Дополнительный маркер:** Подросток выполняет взрослые функции: быт, уход за младшими, эмоциональная поддержка родителя. Выглядит старше своих лет, не жалуется, но его собственные потребности не озвучиваются.
- **Понимание искажения:** Подросток вынужденно несёт содержание Зоны 3 (или части Зоны 2) без поддержки. Его собственная Зона 1 фактически отсутствует.

МАРКЕРЫ ИСКАЖЕНИЙ

Маркер 4: Здоровая дифференциация (три зоны работают)

Ответ родителя: «Вот это решает он сам (Зона 1). Вот это мы обсуждаем вместе (Зона 2). А вот это — моя ответственность, я не могу это отдать (Зона 3)».

Ответ подростка: «Вот это я решаю сам. Вот это мы договариваемся. А вот это — правила дома, я их принимаю».

Дополнительный маркер: Оба говорят от первого лица («я», «мы», «ты»). Есть пространство для спора, но спор не разрушает связь. Подросток имеет право на ошибку в Зоне 1, и последствия естественные, а не карательные.

Понимание искажения: Зоны дифференцированы, механизм трансляции работает в обе стороны.

Российская специфика: почему отпустить так трудно

1. Ребёнок нередко понимается как продолжение статуса родителя.
2. Тотальный надзор как форма привязанности.
3. Запрет на уязвимость родителя.
4. Масштаб «одной жизни».
5. Западная поп-психология становится новым инструментом контроля.
6. Исторический опыт научил: если ты не контролируешь ребёнка тотально, он погибнет.

РОССИЙСКАЯ СПЕЦИФИКА

Ключевая сложность состоит в том, что полная сепарация — как на Западе — в российской культуре часто невозможна и нежелательна. Семья часто остаётся единственным пространством доверия. Полный разрыв с родителями означает потерю единственной опоры. Поэтому задача — не разорвать связь, а трансформировать её форму. От тотального контроля к горизонтальному договору.

Как это может делаться?

1. *Первый шаг:* признание права родителя оставаться в связи с детьми: «Вы хотите оставаться важной частью жизни ребёнка. Это нормально. Вы не обязаны исчезать».
2. *Второй шаг:* признание автономии подростка: «Ты хочешь принимать свои решения. Это тоже нормально. Ты не обязан спрашивать разрешения на каждый шаг».
3. *Третий шаг:* конструирование новой формы связи: «Как вы можете оставаться близкими, не контролируя друг друга? Какие новые способы общения вы можете создать?»

ТРАНСЛЯЦИЯ ЧЕРЕЗ ОБРАЗЦЫ

Дети в российской семье не просто наблюдают конфликт родителей или гиперопеку. Они усваивают образцы поведения. Мальчик, который видит, что мать решает за отца всё, усваивает: «Сильный не спрашивает — сильный решает». Девочка, которая видит, что мать живёт жизнью детей и не имеет своей, усваивает: «Любить — значит раствориться». Если они не отрефлексируют эти образцы, они будут транслировать их дальше. Не потому, что они плохие. А потому что это единственная модель, которую они видели.

ДИРЕКТИВА, ЗАМАСКИРОВАННАЯ ПОД ДОГОВОР

Директива, замаскированная под договор. Мама говорит подростку: «Ну мы же договорились, что ты будешь приходить домой в десять вечера». Звучит как договор. А теперь давайте посмотрим, как этот «договор» возник. Мама поставила условие: «Ты должен быть дома в десять, и точка». Ребёнок не предлагал вариантов. Не обсуждал. Он просто согласился — потому что не согласиться было невозможно. И вот теперь, когда ребёнок приходит в одиннадцать, мама говорит: «Мы же договорились».

КАК МОЖЕТ ВЫГЛЯДЕТЬ НАСТОЯЩИЙ ДОГОВОР

Настоящий договор выглядит иначе. Мама говорит: «Давай обсудим, во сколько тебе приходить. Как ты думаешь, какое время было бы разумным?» Ребёнок предлагает. Мама задаёт вопросы. И в итоге они приходят к времени, которое устраивает обоих. Это и есть договор. Потому что обе стороны участвовали в его создании.

Я-СООБЩЕНИЕ

Структура настоящего «я-сообщения» может выглядеть так:

Первое — называние своего чувства. «Я волнуюсь», «Мне страшно». Без оценок ребёнка.

Второе — описание факта, но без слова «ты». Не «когда ты гуляешь», а «когда наступает поздний вечер, и я не знаю, где ты».

Третье — объяснение через себя. «...потому что моё воображение рисует самые страшные картины, и я не могу уснуть».

И четвёртое — приглашение к диалогу. «Давай подумаем, как нам сделать так, чтобы ты чувствовал себя свободным, а я перестала сходить с ума от неизвестности?» Обратите внимание: здесь нет ультиматума. Есть просьба о помощи и поиск совместного решения.

КОНТАКТЫ



О ФЕДЕРАЛЬНОМ ЦЕНТРЕ
«ПРОФИЛАКТИКА»



СООБЩЕСТВО
«ВКОНТАКТЕ»



ТЕЛЕГРАМ-КАНАЛ



MAX



ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ
ДЕТСТВА, СЕМЬИ
И ВОСПИТАНИЯ



ПРОФИЛАКТИКА
федеральный центр