

Рекомендации для родителей «Как правильно общаться с подростком?»

Уважаемый родитель, подростковый возраст трудный прежде всего для подростка. Это период завершения детства, вырастания из него, переходный от детства к взрослости. Подросток начинает чувствовать себя взрослым и хочет, чтобы и окружающие признали его самостоятельность и значимость.

Существуют агрессивные проявления, которые обусловлены внешними, прежде всего, семейными факторами. Эти проблемы часто скрыты. Бывает трудно сразу отыскать связь между агрессией ребенка и проблемами в семье. Но при тщательном анализе всей совокупности семейных отношений и их истории такая связь выявляется. Агрессивные реакции могут повторяться, «зашкаливать», выходить за рамки ситуации и т. д. Наиболее частая причина этого – «фактор неполной семьи» (отсутствие отца после раннего развода родителей). В этих случаях происходит искаженное перераспределение ролей – мать ребенка или чаще его бабушка вынужденно берет на себя функцию отсутствующего отца. Причем эта функция гипертрофируется, воспитание приобретает характер гиперопеки: многое запрещается, строго регламентируется и т. д. Ребенок растет в атмосфере прессинга, запугивания, что впоследствии провоцирует протесты с его стороны, недоверие ко взрослым.

Другой вид патогенной ситуации – гипоопека, когда ребенку уделяют мало внимания. Это происходит из-за загруженности и усталости родителей, когда кто-то из них страдает алкоголизмом, когда имеется пренебрежение ребенком и его воспитанием и т. д. В этих случаях он ищет себе кумиров в среде подростков, в продукции массовой культуры, фильмах и других источниках. Выбранные им для подражания образцы часто отличаются жестокостью, и ребенок перенимает эти черты.

Ребенок может быть постоянным свидетелем конфликтов, драк в семье. Эти примеры поведения «записываются» в его сознании и становятся его собственными. Но не всегда агрессия детей и подростков провоцируется прямым примером действия родителей (взрослых). В ряде случаев обстановка в семье внешне как будто «правильная», однако за этим фасадом внешнего благополучия скрывается напряженность, неприязнь друг к другу, связанная с прошлыми обидами, особенностями характеров, неравенством социального положения и т. д. Родители вынужденно существуют вместе, терпят друг друга, и эта напряженность оборачивается холодностью, регламентированностью, жесткостью в отношениях с ребенком. Впоследствии он может «припомнить» им такое отношение, проявляя гиперагрессию.

Десять родительских заповедей

Не жди, что твой ребенок будет таким, как ты, или таким – как ты хочешь. Помоги ему стать не тобой, а собой.

Не думай, что ребенок твой: он Божий.

Не требуй от ребенка платы за все, что ты для него делаешь: ты дал ему жизнь, как он может отблагодарить тебя? Он даст жизнь другому, тот третьему: это необратимый закон благодарности.

Не вымещай на ребенке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб, ибо что посеешь, то взойдет.

Не относись к его проблемам свысока. Тяжесть жизни дана каждому по силам и будь уверен: ему его тяжела не меньше, чем тебе твоя. А может и больше. Потому что у него еще нет привычки.

Не унижай!

Не мучь себя, если не можешь чего-то сделать для своего ребенка, мучь, если можешь и не делаешь.

Помни – для ребенка сделано недостаточно, если не сделано все.

Умей любить чужого ребенка. Никогда не делай чужому то, чего не хотел бы, чтобы другие сделали твоему.

Люби своего ребенка любым: неталантливым, неудачным, взрослым. Общаясь с ним, радуйся, потому что ребенок – это праздник, который пока с тобой!

Подростковый кризис сопровождается неустойчивостью настроения, физического состояния и самочувствия, противоречивостью побуждений, ранимостью, депрессивными переживаниями. Характер протекания, острота кризисных явлений зависят во многом от чувствительности взрослых к тем переменам, которые происходят с растущим ребенком, от их способности гибко изменить воспитательную тактику. Подросток часто не уверен в себе, сомневается в собственной самодостаточности, поэтому важно уметь поддерживать ребенка. Важно учитывать при этом чувство взрослости ребенка.

15 способов сказать подростку «Какой ты молодец!»

1. Как ты это сделал?
2. Это действительно красиво!
3. Я очень благодарна тебе.
4. Это интересная точка зрения.
5. Поздравляю!
6. Теперь ты достиг многого.
7. Я ценю то, что ты сделал.
8. Я рада, что ты растешь.
9. Мне нравится как ты это делаешь.
10. Как ты себя чувствуешь.
11. Какая аккуратная работа.
12. Ты на правильном пути.
13. Ты очень хороший помощник.
14. Спасибо за участие.
15. Все идет прекрасно.