

“Сложно, но возможно: воспитываем подростка”



Взрывоопасный возраст (подростковый кризис)



Ребенок взрослеет, при этом изменяется не только он сам, но и его отношение к окружающему миру.

Первыми эти изменения чувствуют взрослые, привыкшие играть ведущую роль в жизни ребенка, – родители и учителя. Они уже не являются для ребенка самым главным авторитетом, их мнение не всегда значимо для подростка.

Современные родители должны быть готовы к тому, что их дети – тоже современные. И взрослеть современные дети начнут гораздо раньше, чем когда-то выросли родители.

Подростковый кризис – это способ заявить о себе как о личности, поэтому подросток может делать все неправильно, назло. Так выражается протест против «несправедливого» к себе отношения со стороны взрослых – родителей и учителей. В некоторых случаях протест выражается в виде агрессии или в виде истерики. Ребенок действует по принципу: лучшая защита – это нападение.

Подростковый кризис – признак того, что ребенок вырос. Терпение, понимание и сочувствие – вот чем надо запастись родителям в этот период. а переходного возраста.

- Общаясь с подростком, не настаивайте на своем просто для того, чтобы доказать ребенку «кто в доме хозяин», давайте подростку возможность выбирать.



- Не оставляйте ребенка один на один с его проблемами. Предлагайте ему варианты решения проблемы, пообещайте быть рядом во время непростого разговора, но основное он должен сделать сам (например, вернуть долг, извиниться).

Подростковый кризис

Очень быстро растет, его организм претерпевает существенные физиологические изменения. Из-за этого становится рассеянным, невнимательным, все время хочет спать, быстро утомляется.

В общении со взрослыми упрям, настаивает на своем, отрицает авторитеты, отказывается выполнять требования, отстаивает свою независимость и самостоятельность.



Из-за гормональных изменений становится плаксивым, раздражительным, обидчивым. У подростка часто меняется настроение: от ощущения себя абсолютно несчастным до необъяснимого восторга.

Появляется неосознанное половое влечение, начинают интересоваться сверстники противоположного пола и вопросы, связанные с сексуальным поведением людей.

Как бы ни пугал родителей подростковый кризис – он неизбежно наступит. Только через столкновения с требованиями и волей взрослых подросток способен лучше узнать себя, осознать свои способности.

Если же подростковый кризис прошел у ребенка гладко и бесконфликтно, то вполне вероятен запоздалый и поэтому особенно болезненный и бурно протекающий кризис в 17–18 лет (и даже позже).





Азбука для родителей

Если подросток не хочет учиться?

В подростковом возрасте учеба кажется ребенку скучной, однообразной. Занятия в школе и дома отрывают его от возможности провести время по своему усмотрению (пообщаться с друзьями, посидеть за компьютером). Постарайтесь узнать, какая область знаний больше всего привлекает подростка, помогите ему применить этот интерес на практике.

Факт: интересно то, что получается, а лучше всего получается то, что интересно.



- Спрашивайте школьника, что именно он изучает в данный момент по тому или иному предмету.
- Задавайте вопросы по теме. Признайтесь, что вы чего-то не знаете или плохо помните. Попросите объяснить вам.
- Можно спровоцировать обсуждение каких-то учебных тем совместным просмотром фильма о животных или спектакля, можно «подсунуть» ребенку учебник по занимательной физике или химии.
- Проявляйте интерес к учебной деятельности ребенка, например, ищите нужные книги или информацию в Интернете. Но делайте это не вместо ребенка, а вместе с ним. Раз и навсегда откажитесь от привычки писать за школьника рефераты, сочинения и др.

Если подросток влюбился?

Если подросток влюбился, это чувство становится самым важным для него на данный период жизни. Переживания подростка взрослым могут показаться наивными и несерьезными, а влюбленного ребенка буквально захлестывает буря чувств: радость и воодушевление сменяются сомнением и отчаянием. Лучшее, что мы можем сделать для своего ребенка в такой ситуации – постараться его понять. Никогда не насмехайтесь над чувствами ребенка, не обесценивайте их. Будьте готовы выслушать ребенка: и его переживания, и его восторги. Не критикуйте ни объект влюбленности, ни самого ребенка (избегайте фраз типа, «первая любовь – это не серьезно», «да у тебя таких еще тысячи будут»).

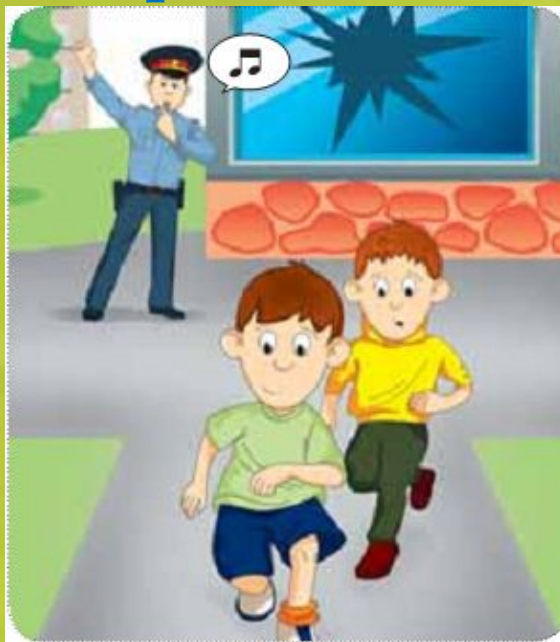
Если ребенок интересуется только компьютером?

Доказано, что занятия на компьютере ускоряют развитие памяти, внимания, тонкой моторики, формируют у ребенка ощущение собственной успешности.

Однако, слишком длительное сидение за компьютером способно отрицательно сказаться на состоянии здоровья ребенка, особенно страдают зрение и осанка. Поэтому важно правильно организовать место и время компьютерных занятий (удобные стол и стул, специальный защитный экран, регулярные 15–20-минутные перерывы). Главное, чтобы компьютер полностью не заменил живое общение с друзьями и родными.



Если ребенок связался с плохой компанией?



ко даже послушные, домашние «за компанию» курить, этические и алкогольные шатать асоциальные поступки участвовать в драках). Дело в подросток так сильно нуждается в сверстников, ему так важно, чтобы его ценили, что он порой бывает весьма неразборчив в выборе друзей. Чтобы быть «своим», ребенок готов совершать различные проступки и нарушать правила, установленные во взрослом обществе.

Также причиной противоправного поведения может быть желание ребенка доказать окружающим, что он уже взрослый. А может быть, ребенку просто скучно?



предотвращения печальных
следует заранее направить
ию подростков в мирное
допускайте, чтобы ребенок
увлекался, не знал, чем занять
свободное время.

жество увлекательных видов спорта, в
которых выброс адреналина не меньше, а то и
больше, чем при совершении хулиганского
поступка, – горные лыжи, мотогонки, альпинизм.

Будьте внимательны к друзьям подростка. Важно, чтобы ребенок не дружил с кем-то только из страха остаться в одиночестве.

- Объясните ребенку, что настоящий друг никогда не будет шантажировать его, угрожать и запугивать. Приведите примеры из собственной жизни или из книг.
- Учите детей не поддаваться на провокации со стороны сверстников. Объясните ребенку, что он может и должен уметь отказать сверстнику, если ему неприятно или не хочется что-то делать. Заранее обсудите с ребенком подобную ситуацию, подскажите, как можно ответить, чтобы выйти из нее с достоинством.

Научите подростка делиться с вами проблемами. Ребенок должен знать, что вы поддержите его в любой ситуации.

- **Если вы узнали, что ваш ребенок смог отказаться от участия в хулиганской проделке, – это повод, чтобы гордиться им, ведь он повел себя как Личность.**
- **Подавайте ребенку личный пример здорового образа жизни: занимайтесь спортом, откажитесь от вредных привычек.**
- **Расскажите подростку о необратимых последствиях употребления никотина, алкоголя и наркотиков, покажите фильмы и статьи. Это иногда впечатляет лучше любой нотации.**
- **Предупредите его об уголовной ответственности, возможности наступления нежелательной беременности и риске заразиться половыми инфекциями.**



**Спасибо за Внимание!
Желаю Успехов в Воспитании Детей!**

