

Составитель: Педагог- психолог Котегова Е.В.

# Подростки и родители.



**Весна! Дети распускаются. Если подросток "отбился от рук", значит родители что-то пропустили.**

**Подвыпившая компания подростков, матерясь и гогоча, стреляет сигаретки прохожих. Малолетние Ромео с Джульеттами целуются у всех на виду. Ужасные вопли, по недоразумению называющиеся музыкой, подстерегают, кажется, в каждой подворотне...**

**Эти незатейливые картинки можно наблюдать сейчас в любом населенном пункте нашей необъятной родины. Что поделаешь, весна дарит ощущение эйфории, романтики и свободы. Весной и без того непростые подростки становятся невыносимыми! Вчерашний примерный мальчик без объяснений пропадает из дома и, кажется, стал подворовывать деньги у папы...**

**Девочка-отличница прогуливает школу, в дневнике толпятся тройки, а на уме - одни мальчики... Типичная ситуация: пришедшее за полночь чадо крепко спит, а родители ворочаются чуть не до утра: "Совсем от рук отбился! Нужно с этим что-то делать... Но что?"**

# КТО ВИНОВАТ?

Прежде всего, откроем страшную тайну. На самом деле, утверждают специалисты, никаких "весенних обострений" нет! Просто весной тепло, а значит больше возможностей удрать из дома без опаски отморозить уши или промочить ноги. Проблему, естественно, это не умаляет. Просто говорить о ней нужно в другом контексте, без привязки к какому-либо сезону.

"Вдруг" ничего не случается! И это главное, что нужно понять. Как говорят психологи, становление подростка как личности проходит в несколько этапов. И, скорее всего, если поведение сыночка или дочери вас сильно огорчает, следует пересмотреть стиль собственного воспитания. Вероятно, вы упустили какой-то важный момент. Не заметили, когда ваш авторитет, ласка, строгость или просто внимание остро требовались ребенку...

К сожалению, такого рода конфликты легко трансформируются в ситуацию "поздно пить "Боржоми". Но, как говорится, кто предупрежден, тот вооружен. Просто будьте предельно внимательными в так называемые "пиковые" этапы взросления подростка. По большому счету их всего два...

## *Этап первый - 10-13 лет:*

**"ОСТАВЬТЕ МЕНЯ В ПОКОЕ!"**

Ребенок в этот период переживает гормональную перестройку организма. Он быстро утомляется, ему часто хочется побыть одному. Но в это же время необходимо закрепить за собой авторитет, ведь от того, как он покажет себя, зависит его "статус" в среде сверстников. Значит необходимо бывать "на людях". И что же происходит?

Желание одиночества и невозможность этого приводит к конфликту в душе подростка - он капризничает, становится раздражительным, может обронить резкое словцо. Свободное время он проводит не как раньше - с родителями, а в компании друзей. Авторитет какого-нибудь Коли становится важнее, чем мнение отца.



## Типичная ошибка родителей

Многие мамы и папы, памятуя о том, как еще пару лет назад их медвежонок был плюшевым и послушным, пытаются вернуть былую идиллию, сажая ослушника на "короткий поводок". Они заставляют его бросить компанию сверстников, навязывают свое общество и доказывают, что "Коля двоечник и хулиган", могут и накричать в порыве эмоций. Стоит ли удивляться, если "медвежоночка" после этого дома будет не сыскать, а убежденность в том, что "друг Коля" лучше папы (хотя бы потому, что во всем его понимает), только укрепитя.



# Что делать?

**Не предпринимайте ничего! Психологи говорят: этот этап благополучно пройдет, если родители перестанут смотреть на подростка как на маленького ребенка и научатся уважать его мнение и прислушиваться к нему, перестанут делать выговоры и унижать его друзей. Неплохо в этой ситуации пригласить домой его друзей. По крайней мере вы сможете составить о них какое-то мнение.**



# Этап второй - 14-15 лет:

**"НЕ УЧИТЕ МЕНЯ ЖИТЬ!"**

Гормональный фон постепенно выравнивается, но появляется переизбыток энергии, который срочно нужно куда-то девать. Подросток в этом возрасте живет по принципу "сила есть - ума не надо". Столь же прямолинейна и его логика, он делит мир только на "хорошее" и "плохое". В "хорошее" попадает то, что ему по душе - прогулы школы, курение, мат, выпивка и бесшабашные компании. Так жить весело и "стильно". Кроме того, ему кажется, что, не подчиняясь воле "предков", он "сохраняет" чувство собственного достоинства". В категорию "плохого", увы, часто попадает все, что касается скучных взрослых - любое слово родителей и учителей воспринимается в штыки.



## Типичная ошибка родителей

Взрослые думают, якобы послушания можно достичь нравоучительными беседами о том, "что такое "хорошо" и что такое "плохо". Но вопреки этому подросток становится еще более неуправляемым. И тогда родители совершают непростительное: кричат и бранятся. В результате чадо уходит из семьи, начинает ненавидеть мать и отца, либо, следуя принципу "вы считаете меня плохим, и я им буду", пускается во все тяжкие.





# Что делать?

**Очень важно понять: перед вами почти сформировавшаяся личность. Первым этапом диалога с сыном или дочерью должен быть разговор в спокойной обстановке. Вы должны сказать, что он (она) уже не ребенок, поэтому отныне отвечать за свои поступки будет, как и любой другой взрослый. Подворовываешь деньги? Что ж, эта сумма будет вычтена из твоих карманных расходов. Не пришла к определенному часу с дискотеки - в другой раз доверия к себе не жди. Тон разговора должен быть спокойным и деловым.**

**Уделите должное внимание тому занятию, которое больше всего по душе подростку в этот период. Быть может, он пишет стихи, любит кататься на роликах, неплохо рисует или играет в шахматы. Почему бы не начать развивать в нем эти задатки, предложив позаниматься в кружке, секции? Это отвлечет подростка от дурных дел и заставит гордиться своими успехами. И, как знать, поможет определиться с будущей профессией.**



# Универсальные советы на каждый день

А самая главная ошибка родителей  
(и, к сожалению, самая типичная)  
- усматривать в "недопустимом"  
поведении повзрослевших чад  
исключительно злой умысел.

**Крайне вредное заблуждение!**

# *Помните, что дурные поступки не всегда являются отражением внутреннего мира подростка.*

**Сопереживайте, не высмеивайте и не отталкивайте в минуты откровенности.**

**Старайтесь проводить время вместе. Только не сидите молча у телевизора, а займитесь интересным ему делом. Например, сыграйте в баскетбол или спойте под гитару.**

**Не вмешивайтесь в занятия, с которыми он справляется и без вас, не навязывайте свое мнение по любому вопросу, не критикуйте.**

**Помогайте, когда он просит вас об этом.**

**Поддерживайте даже самые ничтожные успехи во всем - в учебе, спорте и т.д.**

**Делитесь своими чувствами.**

**Разрешайте конфликты мирным путем. Не давайте волю слезам, крикам, угрозам.**

**Чаще используйте приветливые фразы. Например: "Мне хорошо с тобой", "Я рада тебя видеть", "Мне нравится, как ты...", "Я по тебе соскучилась", "Давай (посидим, поделаем...) вместе", "Ты, конечно, справишься", "Как хорошо, что ты у нас есть"...**

**Обнимайтесь! Не менее четырех, а лучше восьми раз в день. В проявлениях родительской ласки "взрослые" подростки нуждаются порой отчаяннее, чем крохотные карапузы.**

## А что остается?

Да, подросшие дети - не подарки. Очень сложно порой вести себя с ними сдержанно и спокойно. Но важно помнить мудрые слова: "И это пройдет". Возьмите за правило, ложась спать, анализировать прожитый день. Мысленно отмечайте ошибки в общении с подростком, старайтесь спрогнозировать его поведение. Такая предсказуемость поможет спокойному и доброжелательному общению. Тогда, став действительно взрослым человеком, он не потеряет уверенности в том, что лучшие друзья - это родители. Ведь именно они в трудную минуту поддержали, смогли понять и принять.

Наградой вам будут доверие, уважение и любовь. А это так важно, когда на пороге маячит старость...