

Что нужно знать родителям о подростковом возрасте



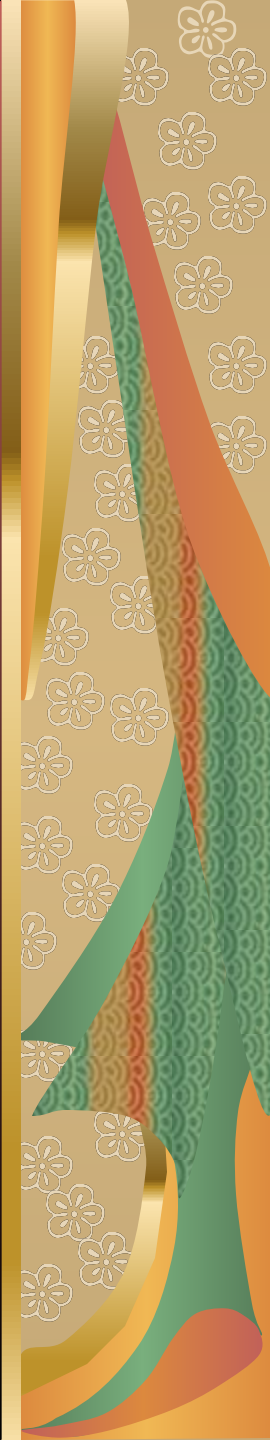
**«Воспитание –
это процесс жизни,
а не подготовка к
будущей жизни».**

Дж. Дьюи



Проблемы переходного возраста:

- Нарастает неуверенность в себе;
- Появляется тревожность, сомнения в собственной значимости для родителей, друзей;
- Подростки склонны искать выходы из трудных ситуаций способами, нередко чрезвычайно опасными для здоровья;
- Их угнетает зависимость от взрослых;
- У подростков возникает желание изменить своё состояние, приняв «что-либо» для быстрого улучшения настроения.



**Все эти очень опасные
моменты нельзя
оставлять без
внимания!**



**Что же нужно делать взрослым,
чтобы избежать конфликтов при
общении с подростком?**

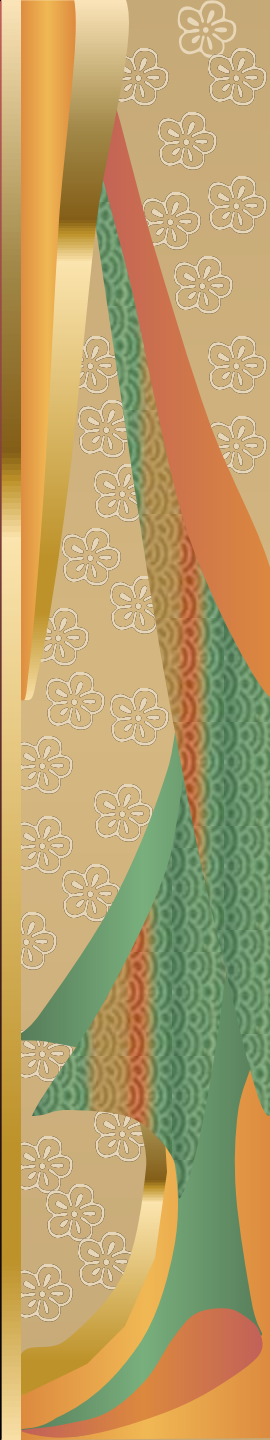
**Конечно терпеть хамство
собственного ребёнка очень
трудно. Так и хочется дать
грубияну достойный отпор и
поставить его на место.**

Но будет ли от этого прок?



Ведь мы, взрослые,
прекрасно знаем: всякое
обострение отношений лишь
подольёт масло в огонь.

Будьте мудрее, не
провоцируйте своего ребёнка
на грубость. Воспользуйтесь
следующими правилами
поведения.



Правила поведения для родителей на начальной стадии конфликта

- **Дайте свободу.** Привыкнете к мысли, что ваш ребёнок уже вырос, поэтому постоянно удерживать его возле себя не удастся, а непослушание – это нечто иное, как стремление выйти из – под вашей опеки.
- **Никаких нотаций.** Больше всего подростка раздражают нудные родительские нравоучения. Измените стиль общения, перейдите на спокойный, вежливый тон и откажитесь от категорических оценок и суждений. Поймите: ребёнок имеет право на собственную точку зрения.



- **Идите на компромисс.** Ещё ничего никому не удалось доказать с помощью скандала: здесь не бывает победителей. Если и родители и дети охвачены бурными негативными эмоциями, способность понимать друг друга исчезает.
- **Уступает тот, кто умнее.** Костёр ссоры быстро погаснет, если в него не подбрасывать дров, поэтому чтобы скандал прекратился, кто-то должен первым замолчать. Взрослому это сделать легче, чем подростку с его неустойчивой психикой. Помните: лавры победителя в отношениях с собственными детьми не украшают.



- **Не надо обижать.** Прекращая ссору, не стремитесь сделать ребёнку больно с помощью язвительных замечаний или хлопанья дверьми. Умению достойно выходить из трудных ситуаций ребёнок учится у вас.



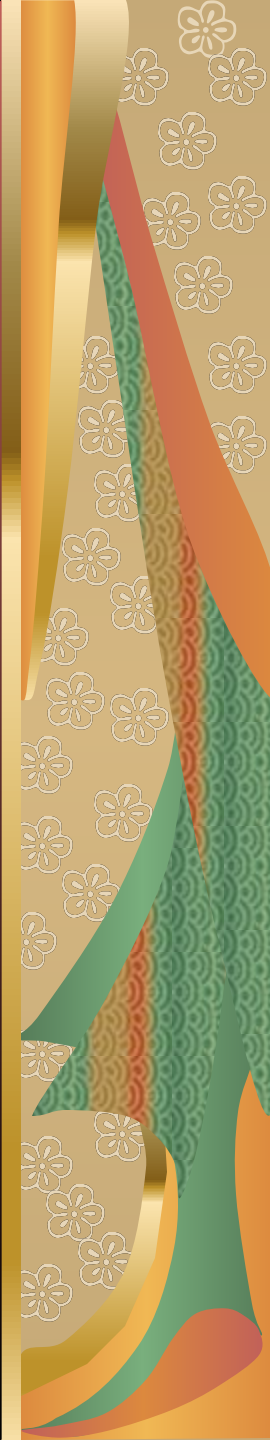
Будьте тверды и последовательны.

Дети – тонкие психологи. Они прекрасно чувствуют слабость старших. Поэтому, несмотря на вашу готовность к компромиссу, сын или дочь должны знать, что родительский авторитет незыблем. Если же взрослые демонстрируют подростку собственную несдержанность, истеричность, непоследовательность, трудно ждать от них хорошего поведения.



**Каждому человеку нужно,
чтобы его любили,
понимали, гордились им,
чтобы он был кому-то
нужен и близок.**

**Основа самооценки
ребёнка закладывается в
зависимости от того, как с
ним общаются родители.**



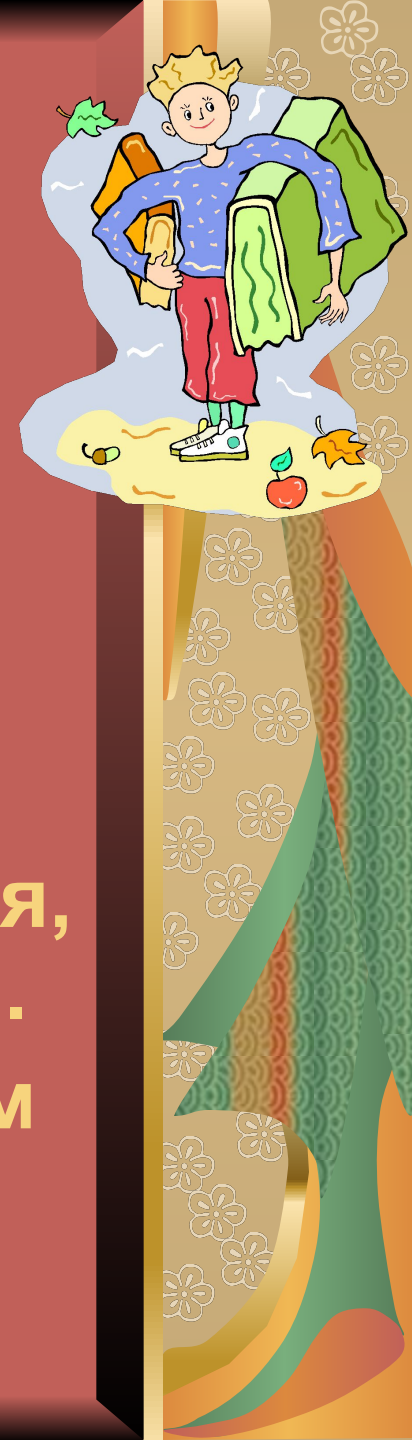
Если они понимают и принимают его, терпимо относятся к его недостаткам и промахам, он вырастает с положительным отношением к себе.

Если же ребёнка постоянно «воспитывают», критикуют и муштруют, самооценка его в дальнейшем оказывается низкой, ущербной.



Принципы поддержания самооценки подростка

- Безусловно принимать его.
- С участием слушать рассказы о его переживаниях и потребностях.
- Чаще проводить время (читать, заниматься) вместе.
- Не вмешиваться в те его занятия, с которыми он справляется сам.
- Помогать, когда ребёнок об этом просит.
- Хвалить за успехи.



- Делиться своими чувствами (т.е. доверять).
- Конструктивно решать возникающие конфликты.
- Использовать в повседневном общении приветливые фразы. Например «Мне хорошо с тобой...», «Мне нравится, как ты...», «Как хорошо, что ты у нас есть...» и другие.
- Как можно чаще обнимать его, но не «затискивать».



**В заключении – мудрое напутствие
американского педиатра
Бенджамина Спока : «Любите
вашего ребёнка таким, какой
он есть, и забудьте о
качествах, которых у него
нет... Результат воспитания
зависит не от степени
строгости или мягкости, а от
ваших чувств к нему и от тех
жизненных принципов,
которые вы ему прививаете!»**





