

КАК СТАТЬ ИДЕАЛЬНЫМ РОДИТЕЛЕМ ДЛЯ ПОДРОСТКА

Чтобы успешно пережить все приключения подросткового возраста и родителям, и подросткам, нужно хорошо представлять, как выходить из критических ситуаций. В этот период каждый в семье начинает по-новому видеть окружающих, все должны как бы заново знакомиться друг с другом. Пройдете ли вы этот этап с наименьшими потерями, будет зависеть от того, что преобладает в семье – любовь или страх.

Для того чтобы заложить основы будущих перемен в ваших с подростком отношениях, мы предлагаем следующее:

- ☐ Вы, родитель, должны четко изложить подростку свои страхи и опасения, чтобы он мог вас понять.
- ☐ Вы, подросток, должны честно рассказать о том, что происходит с вами, и постараться сделать так, чтобы вам поверили. Вы должны тоже рассказать о своих страхах и знать, что вас выслушают без критики и осуждения.
- ☐ Вы, родитель, должны показать свою готовность слушать и понимать. Понимание вовсе не означает всепрощение. Оно просто создает твердую основу, на которой можно строить дальнейшие отношения.
- ☐ Вы, подросток, должны объяснить родителям, что нуждаетесь в том, чтобы они выслушали вас, не давая советов, пока вы сами не попросите их об этом.
- ☐ Вы, родитель, должны понимать, что подросток вовсе не должен обязательно следовать вашим советам.

Только при учете всего этого возможен осмысленный диалог между двумя равноправными людьми и в дальнейшем развитие новых конструктивных форм поведения.

Разговор с подростком на взрослом языке

Родители часто встречаются с проблемой, что в подростковом возрасте дети становятся более замкнутыми, неуправляемыми и намеренно противоречат взрослым. Часто это возникает из-за того, что родители слишком беспокоятся за своих детей: за их безопасность, или, например, успеваемость. Но дети уже выросли и учатся принимать ответственность за свои решения. Подросткам хотелось бы спросить совета у родителей о том, как лучше реализовывать их собственные идеи и решения. Им хочется общаться с родителями «на равных». Но часто родители, стараются контролировать все действия подростков. Дети, рассчитывая на помощь родителей, сталкиваются со многими запретами и воспринимают это как недоверие. Поэтому нужно и очень важно найти в себе силы, чтобы признать, что ваш подросток уже вырос и достоин, разговаривать с вами на «взрослом языке».

Безусловно, все зависит от конкретной ситуации и метод влияния на подростка надо подбирать индивидуально. Предлагаем несколько вариантов:

- ☐ Создать нестандартную ситуацию, когда подросток ожидает с вашей стороны сопротивление, недоверие, а взамен получает искренность и помощь в решении его вопросов.
- ☐ Поддержать одно из увлечений подростка, по возможности, направляя его (например, если подросток экспериментирует со взрывчатыми веществами, подарите ему набор «Юный химик», в котором не предусмотрено опасных опытов и обеспечьте место для занятий). Немаловажным есть проявление заинтересованности родителей в хобби их детей.

☐ Учредить семейную традицию, когда семья, собираясь вечером вместе, делится событиями, которые произошли с каждым из них в течение дня.

Советы психолога родителям подростков

☐ Цените откровенность своих детей, искренне интересуйтесь их проблемами.

☐ Общайтесь на равных, тон приказа сработает не в вашу пользу. Дайте понять, что Вы понимаете их.

☐ Нельзя подшучивать над ними, высмеивать чувства. Постарайтесь отнестись к вашим детям с уважением, помните об их ранимости и уязвимости.

☐ Не раздражайтесь и не проявляйте агрессивности, будьте спокойны, сдержанны. Помните, что ваша грубость вызовет их ответную реакцию.

☐ Не говорите об объекте увлечения вашего ребенка пренебрежительным, оскорбительным тоном, тем самым Вы унижите его самого.

☐ Ни в коем случае нельзя грубо и категорично разрывать отношения подростков, ведь они только еще учатся общаться друг с другом и чаще всего даже и не помышляют ни о чем плохом.

☐ Пригласите его (ее) подругу (друга) к себе, познакомьтесь – это позволит вам получить объективное, более правдоподобное, а не голословное представление о том, с кем встречается ваш ребенок. Лучше, если Вы разрешите им встречаться у себя дома, чтобы им не пришлось искать случайных и сомнительных приютов для свиданий.

☐ Расскажите им о себе, вашей истории первой любви – это поможет найти Вам взаимопонимание с ребенком.

☐ Если Вы сумеете установить с ним дружеские отношения, то будете иметь возможность не просто контролировать его поведение, но и влиять на его поступки.

☐ Позвольте подростку самостоятельно разобраться в объекте своей привязанности, и если у него наступит разочарование в своих чувствах, пусть оно исходит не от вас, а от него самого. Он почувствует, что способен самостоятельно разбираться в ситуации и принимать решения.

☐ Помните, что, с одной стороны, подросток остро нуждается в помощи родителей, сталкиваясь со множеством проблем, а с другой – стремится оградить свой внутренний мир интимных переживаний от бесцеремонного и грубого вторжения, и он имеет на это полное право.