

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ от ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА «5 золотых правил общения с подростком»

Иерархически родители главнее уже просто потому, что у них больше информации о мире, жизненного опыта и ответственности. И задача мудрого родителя состоит в том, чтобы научить ребенка жить в этом мире, а не прожить жизнь вместо него.

1. Спрашивайте ребенка о его мнении, взглядах, представлениях и желаниях. Порой родителям кажется, что они лучше знают, что нужно выбрать их ребенку (профессию или кружок и пр.). Ваш ребенок уже уникальная личность и у него могут быть свои представления о том, что ему делать в этой жизни. Даже если вам это совсем не близко, постарайтесь узнать побольше от самого ребенка почему и чего он на самом деле хочет. Не нужно его переубеждать, лучше задайте больше уточняющих вопросов. И он сам сделает наилучший выбор.

2. Будьте другом своему ребенку. Чрезмерная фамильярность скорее заставит ребенка стесняться вас, а не уважать. Будьте тем самым другом, который может поддержать, быть хорошим советчиком, опорой, защитником.

3. Проявляйте здоровый пофигизм. Сделал домашнее задание или нет, получил ли двойку или прогулял урок... Страшно отпустить родительский контроль? Пусть это будет его ответственностью. Ваша задача как родителя просто рассказать ребенку о перспективах. Что будет если он, например, забросит учебу или не сможет поступить в институт.

4. Терпение и еще раз терпение. С подростками особенно важно проявлять терпение. Не путать со вседозволенностью. И не нужно сажать себе на шею и терпеть, отказываясь от высказывания претензий. Подростки особенно чувствительны и ранимы. Поэтому если у ребенка что-то не получается так, как вам хотелось бы, не спешите его поучать и срываться. Вовремя проясненные обстоятельства помогут вам сохранить доброжелательные отношения. Лучше сразу все спокойно проясните и найдите решение по спорным вопросам.

5. Сдерживайте эмоции.

Наверное, вы не раз замечали, что ваше воздействие на ребенка зависит от эмоционального настроя. Когда что-то случилось, первая реакция часто бывает негативной. Но в таком состоянии вы вряд ли сможете действительно понять ситуацию. А крик – не совсем то, чего ждет от вас подросток. К тому же такая реакция вызовет ответную, и ни к чему хорошему подобная «разборка» не приведет. Конфликт не исчерпает. Если что-то произошло или вы рассержены поведением ребенка, прежде всего подавите первые отрицательные эмоции, успокойтесь. Когда вы относительно спокойны, то легко поймете свою цель. Тогда вы сможете отреагировать адекватно ситуации и поставленной цели.