

Воспитание подростка. Правила для родителей.

Подростку, как и любому человеку нужно, чтобы его любили, понимали, признавали, уважали, чтобы он был кому-то нужен и близок, чтобы у него был успех в делах, учебе и на работе, чтобы он мог реализовать себя, развивать свои способности, совершенствоваться, уважать себя.

Основа самооценки ребенка закладывается в зависимости от того, как с ним обращаются родители. Если они понимают и принимают его, терпимо относятся к его недостаткам и промахам, он вырастет с положительным отношением к себе. Если же ребенка постоянно “воспитывают”, критикуют и муштруют, самооценка его оказывается низкой, ущербной.

✓ Договоритесь между собой, какого поведения вы ожидаете от подростка. Воспитывая подростка, родителям следует придерживаться единых взглядов и не противоречить друг другу. Иначе подросток быстро научится манипулировать вами и выбирать сторону одного из вас.

✓ Дайте подростку быть самостоятельным. Спокойно свыкнитесь с мыслью, что ваш ребенок уже не маленький, и далее удерживать его возле себя не удастся, а непослушание — это стремление выйти из-под вашей опеки. Не бросайте подростка, ему все еще нужен контроль, но и не пытайтесь все за него решить, не ждите, что он станет безусловно вас слушаться.

✓ Никаких нотаций. Измените стиль общения, перейдите на спокойный, вежливый тон и откажитесь от категорических оценок и суждений. Общайтесь с подростком как со взрослым. Помните: ребенок имеет право на собственный взгляд и собственные выводы.

✓ Идите на компромисс. Еще ничего никому не удалось доказать с помощью скандала: здесь не бывает победителей. Когда и родители, и подростки охвачены бурными негативными эмоциями, способность понимать друг друга исчезает.

✓ Уступает тот, кто умнее. Костер ссоры быстро погаснет, если в него не подбрасывать дров, чтобы скандал прекратился, кто-то должен первым замолчать. Взрослому это сделать легче, чем подростку. Запомните: лавры победителя в отношениях с собственными детьми не украшают.

✓ Не надо обижайте и не унижайте подростка. Прекращая ссору, не стремитесь сделать подростку больно с помощью язвительных замечаний или хлопанья дверьми. Умению достойно выходить из трудных ситуаций он учится у вас.

✓ Будьте тверды и последовательны. Подростки — 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 и уважения.

✓ Безусловно принимайте подростка, научитесь слушать и слышать его, демонстрируйте свой интерес к нему - интересуйтесь его жизнью, его увлечениями, его друзьями, а не только учебой. Не забывайте проявлять свою любовь к подростку (говорить ему теплые слова, обнимать), но не будьте слишком навязчивы в этом.

✓ Помогайте подростку, если он просит. Верьте в его способности. Хвалите за успехи. Советуйте пути выхода из проблемных ситуаций, но именно советуйте, высказывайте свое мнение, а не поучайте.

✓ Проводите с подростком время, делайте что-нибудь вместе.

✓ Не вмешиваться в те занятия подростка, с которыми он справляется сам. Не обременяйте подростка контролем и правилами в тех областях, где он успешен и мотивирован.

✓ Делитесь с подростком своими чувствами (значит доверять).

✓ Не забывать, что в переживаниях подростков огромное место занимает дружба и влюблённость. Девочки чаще мальчиков хотят иметь друга и чаще реализуют своё желание. Девочкам нужны понимание, сочувствие, уход от одиночества, мальчикам - взаимопомощь, понимание. Запрещать в этой сфере - значит сделать подростка несчастным. Эту проблему назиданиями решить нельзя! Подростку нужно дружеское общение. Желательно, чтоб вы были знакомы с друзьями своего ребенка – это поможет избежать многих неприятностей.

✓ -Время от времени пересматривайте ваши требования к подростку. Они разумные? Соответствуют возрасту? Достаточно ли вы уважаете права подростка?

✓ Спросите мнение подростка о ваших требованиях к его поведению. Часто оказывается, что ваши требования и взгляды подростка не совпадают. В таком случае поговорите с подростком. Объясните, почему ваши требования важны и разумны, мотивируйте свою точку зрения, говорите с подростком, как со взрослым. Выслушайте точку зрения подростка. Обсудите с ним ситуацию.

✓ Назначая подростку наказание или ограничивая его в чем-то за какое-либо поведение, будьте последовательны – будьте готовы исполнить угрозу в случае, если подросток нарушил ваш договор. Не угрожайте подростку тем, что на самом деле не сделаете или не считаете правильным делать.

✓ Выслушайте мнение подростка о том, как с ним быть и поступать, если он вас не слушает. Когда к подросткам относятся уважительно и серьезно, они сами могут предложить интересные идеи по этому вопросу.

✓ Будьте постоянны. Помните о правилах, которые Вы установили и поощряйте их выполнение. С другой стороны будьте готовы к возможному пересмотру ваших требований и наказаний, когда обстоятельства жизни семьи меняются или ребенок становится старше.

✓ Рассматривайте дисциплину как способ обучения подростка, а не как форму наказания. Подросток нуждается в уверенном, стабильном, но не очень жестком контроле. Помните, что наилучшая дисциплина произрастает на почве взаимного уважения и близких взаимоотношений.

✓ Если, несмотря ни на что, подросток продолжает нарушать установленные вами правила, и вы не можете его контролировать, не стесняйтесь обратиться за помощью к классному руководителю, психологу, социальному педагогу. Может оказаться, что причины поведения подростка лежат в плоскости эмоциональных или психологических проблем ребенка, или связаны с заболеванием, а комплексное воздействие на подростка окажется намного более эффективным.

Мы все хотим невоспитанного сделать - воспитанным, упрямого - сговорчивым, ленивого - трудолюбивым, грубого - ласковым... Пожалуй, вопрос в том, как это сделать? И что самим детям делать с нами - всегда спешащими и мрачными, раздражительными, усталыми?

Помните, что у вас не война, где главное – победа, а семья! Дорожите этим! Проявляйте свою любовь!