

7. Нельзя ожидать от ребенка выполнения

того, что он не в состоянии сделать.

8. Воздерживайтесь от заявлений, что ребенок ни к чему не пригоден, от грубостей в стиле «гадкий, бесполковый». Оценивайте сам поступок, а не того, кто его совершил.

9. Используйте любую возможность, чтобы выражать ребенку свою любовь.

10. Прислушивайтесь к ребенку и старайтесь понять его точку зрения, не обязательно соглашаться с ним, но благодаря вниманию, которое Вы ему оказали, он ощущает себя полноправным и достойным участником событий.

Что нельзя говорить в общении с подростком?

– Как ты думаешь поступить в институт с такими оценками?

– Помнишь, у тебя завтра тест? Если ты не подготовишься, то завалишь его, как и в прошлый раз.

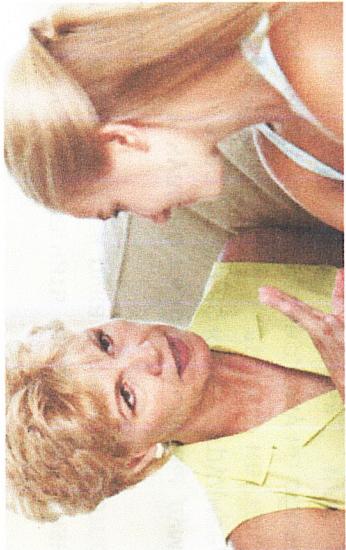
– О, да... Ты знаешь, как заработать деньги... Ты действительно «старался» на своей последней подработке!

– Ты случайно не собираешься встретиться с Ваней на эти выходные? Ты же знаешь, что мы о нем думаем. Ты попадешь в неприятности, если будешь продолжать общение с ним.

– Ты даже не можешь самостоятельно встать утром... Что ты собираешься делать в институте, когда будешь жить сам? Это просто прыщ. Не надо так заморачиваться на этом.

– Так что, твои друзья не пригласили тебя на выходные? Это не проблема, обойдешься и без них.

Чаще употребляйте при общении с подростком следующие выражения



Информация для родителей

ПРАВИЛА ОБЩЕНИЯ С ПОДРОСТКОМ

«Расскажи мне об этом», «Я хочу услышать об этом», «Мне интересна твоя точка зрения», «Давай обсудим это», «Похоже, что это важно для тебя». Или более простые фразы: «Я вижу», «Интересно», «Правда?», «Неужели?», «Не шутишь» и т. п.

Важно помнить: чем больше запретов со стороны взрослых, тем хуже. Будет правильно – поменять отношение к поступкам и действиям ребенка. Чем спокойнее, уравновешенней будут родители, тем более вероятно, что подростковый возраст пройдет гладко, без осложнений. В результате, дети выйдут из него более зрелыми и самостоятельными.

Если родители игнорируют право ребенка на независимость, то он может вырасти подчиненным родительской воле, покорным и неспособным осознать своего места в жизни.

Воспринимайте ребенка таким, какой он есть, а не таким, каким его хотели бы видеть Вы.

Не впадайте в отчаяние и депрессию, если ребенок отказывается от вашей помощи.

Помните: основными помощниками родителей в сложных ситуациях являются терпение, внимание и понимание.



Главная задача общения с ребенком-подростком

— это создание атмосферы доверия. Каждый день ваш ребенок должен убеждаться в том, что общение с вами принесет для него душевного состояния только пользу, и ему не придется плакать в подушку после упреков, обвинений, насмешек со стороны родителей.

Основные правила общения с подростком

1. Здесь и сейчас. Не стоит опираться на пользу или вред для будущего, будь то карьера или здоровье.

Пример. Девочка начала курить. Обычно, достаточно одной фразы: «Знаешь, у ребят считается, что поцеловать курящую девушки – это тоже, что целоваться с пепельницей».

2. Не критикуйте то, в чем не разбираетесь.

Можете ли вы оценить молодежную моду с точки зрения вашего ребенка? Или новый фильм с известным молодым актером?

Пример. Девочка страдала зниженной самооценкой только из-за того, что всю одежду ей покупала мама. Все жалобы на то, что это не модно или не подходит внутреннему состоянию подростка, оставались неуслышанными. В будущем это привело к тому, что взрослая женщина попросту не умела одеваться.

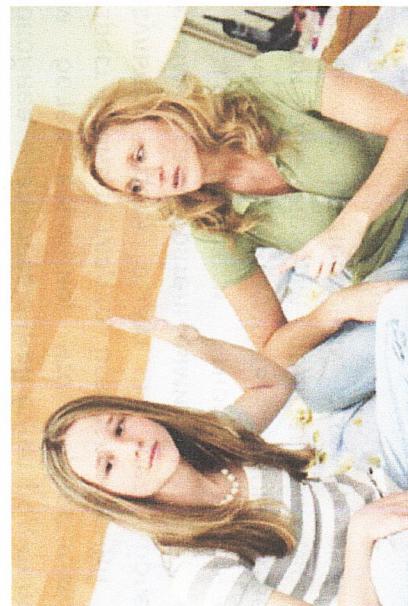
3. Запоминайте имена. Никто не ждет от вас, что вам будут нравиться те же актеры и певцы, что и вашему ребенку, но тот факт, что вы знаете их имена, будет приятен. Тоже относится к именам друзей и знакомых.

4. Не давите. Разумеется, вы родитель, и вы главный. Порой, ваше жесткое слово или решение попросту необходимы. Ребенок их ждет и на них надеется. Но вы должны решить научиться видеть, когда нужно

проблему и облегчить подростку жизнь, а когда ваша жесткая рука приведет к отпору и агрессии.

5. Релакс и чувство юмора. Если вы думаете, что жизнь взрослого сложнее и труднее, чем жизнь ребенка, то это далеко не так. Для подростка все максимально, ему не объяснить про «черно-белую жизнь» или про «открывающиеся двери». Ваша помощь сейчас заключается в создании условий для отдыха и принятия проблем/трагедий/разрывов.

Научите ребенка преодолевать трудности и неудачи, правильно к ним относиться. Из любой муки можно создать слона, но родитель-мастер превратит эту муку в пыль еще до страшной мутации. Возьмите за правило шутить, устраивать маленькие праздники, походы в магазин, кино, парк.



относится и к самим родителям. Если дети каждый день видят перед собой успешных людей, которые, к тому же, общаются с ними наравне и всегда готовы помочь, поддержать, то они и сами становятся успешными.

7. Любовь без условий. Чтобы не сделал ваше ребенок, как бы не поступил, какой бы урок не прогулял и какую бы гадость не попробовал, он всегда должен быть уверен в одном: дома его примут таким, какой он есть. Ваша любовь — это тот маяк, который будет приводить ребенка домой всю жизнь.

Итак, сделаем **общий вывод** из **перечисленных правил**. Общение с ребенком-подростком строится на трех китах: доверие — чувство юмора — поддержка.

Рекомендации для родителей «трудных» подростков

1. Хвалите ребенка за хорошее поведение подобно тому, как Вы указываете ему на ошибки и отрицательное поведение. Поощрение закрепит в его сознании представление о правильном действии.

2. Страйтесь похвалить ребенка за любое изменение к лучшему в его поведении, даже если оно весьма незначительно.

3. Помните, что, прибегая чаще к похвале, Вы способствуете развитию у ребенка уверенности в себе.

4. Страйтесь научить ребенка, как исправить неправильный поступок. Разговаривайте с ребенком в тоне уважения и сотрудничества.

5. Вовлекайте ребенка в процесс принятия решения.

6. Помните, что является для ребенка образцом правильного поведения. Тоже

6. Фактор кругозрны. Безо всякого фанатизма под этим фактором подразумевается высокая самооценка. Девочка должна часто слышать дома, что она красавица и умница, не «лучше всех», а просто хороша сама по себе. Мальчикам в этом вопросе даже проще. Родители попросту должны поддержать их увлечения музыкой или спортом. Тоже