

Рекомендации родителям по воспитанию подростков

Как и когда ребенок становится подростком, подросток – юношей, юноша- взрослым? Это происходит не в один день, и часто возрастные перемены незаметны для нас: еще вчера наши дети были маленькими, нуждались в нашей заботе и опеке, а сегодня они заявляют о своей взрослости, требуют самостоятельности и независимости.

Этот возраст называют по-разному: «трудным», «переходным», «кризисным». Он действительно резко отличается от прочих этапов жизни ребенка. Подростковый возраст – это время интенсивного, но неравномерного развития.

Особенности подросткового возраста:

- Подростков более всего интересует собственная личность. Вопросы «Кто я?», «Чем я отличаюсь от других?» становятся вопросами номер один;
- Подростки более всего заняты выяснением и построением своих отношений с другими людьми. Дружба – главное, что их интересует;
- Подростки постоянно конфликтуют с взрослыми;
- Подростки чувствуют недостаток уважения к ним со стороны взрослых. Они хотят равноправных отношений с взрослыми;

- Подростки постоянно думают о том, как их оценивают другие люди;
- Подростки – существа безответственные. Они хотят иметь все права (как взрослые), и никаких обязанностей (как дети);
- Подростки ищут свой жизненный стиль, оригинальничают, подчеркивают свое своеобразие, непохожесть на других;
- У подростков появляется способность менять самих себя, заниматься самовоспитанием;

Как помочь подростку?

- Прежде всего, у него необходимо сформировать четкое убеждение, что его любят в семье и принимают таким, какой он есть.
- Необходимо показать своими поступками, что Вам можно доверять.
- Создать комфортные условия и поддерживать его положительные начинания и поступки.
- Попытаться превратить свои требования в его желания.
- Научиться задавать вопросы так, чтобы у подростка не возникло желания на них не отвечать или избегать разговора с Вами. Например, вместо вопроса: «Что ты сегодня получил?» лучше поинтересоваться: «Что сегодня было интересного в школе? Что тебе понравилось в школе, а что нет?».
- Ребенок не должен бояться ошибиться

или сказать Вам правду, какая бы она ни была.

- Никогда не ругайте ребенка обидными словами, не оскорбляйте его достоинства.
- Объединяйтесь с ребенком против его трудностей.
- Верьте в своего ребенка, и тогда он точно почувствует, что дома ему лучше, чем во дворе, ведь дома его любят, принимают и уважают.

Агрессивный подросток.

Нередко, защищая себя или самоутверждаясь, подросток проявляет агрессию. Конечно, прежде всего, необходимо выяснить причину агрессивности. Часто она возникает из-за чрезмерных требований взрослых. Это происходит, когда в семье культ запретов. Еще агрессия может быть следствием невыполненных желаний ребенка. И необходимо заметить, что чаще всего у агрессивных взрослых бывают агрессивные дети.

Как вести себя с агрессивным подростком?

- Ни в коем случае не позволять себе разговаривать с подростком на повышенных тонах.
- Если вы видите, что ребенку трудно себя сдерживать, то дайте ему возможность выплеснуть свою агрессию без причинения вреда окружающим.
- Показывайте ребенку пример эффективного поведения, старайтесь не допускать при нем вспышек гнева и не

стройте планы мести.
- Сделайте все, чтобы ваш ребенок в каждый момент времени чувствовал, что вы его любите, цените и принимаете.

Конфликтный ребенок.

Прежде всего, необходимо выявить причину конфликтности ребенка. Возможно, у Вас в семье Ваш ребенок – центр Вселенной. И поэтому требует и от посторонних взрослых и своих сверстников такого же отношения к себе. А не получив этого, начинает конфликтовать. Или напротив, ему не хватает внимания в семье. И его конфликтность – это один из способов привлечения внимания к себе.

Как вести себя с конфликтным ребенком?

- Контролируйте приступы гнева у ребенка. Пытайтесь сдерживать его желание вступить в конфликт.
- По возможности старайтесь уйти от конфликта, тем самым Вы покажете пример ребенку.
- Если конфликт уже произошел, постарайтесь разобраться в его причинах. Не оправдывайте поведение своего ребенка, если на это нет повода.
- Обязательно обсудите с ребенком причины возникновения ссоры и пути бесконфликтного выхода из нее.
- Собственным примером учите ребенка не провоцировать конфликты.

- Не обсуждайте поведение ребенка ни с кем посторонним в его присутствии.

Как распознать, что ребенок лжет?

Можно определить, что ребенок лжет по следующим признакам:

- Нервозность. Ребенок совершает лишние движения, суетится без причины.
- Особенности взгляда: ускользающий взор, не смотрит в глаза.
- Очень пристальный, немигающий взгляд, изучающий Вашу реакцию на его слова.

- Неточность, путаность речи.
 - Говорит много и ни о чем, не отвечает на вопрос конкретно.
 - Излишняя эмоциональность, когда ребенок кричит, нервничает.
- Причины лживого поведения.**

Лжет:

- для того, чтобы избежать наказания;
- потому что хочет получить какую-то выгоду;
- потому что боится, что о нем плохо подумают;
- потому что хочет казаться лучше, чем на самом деле;
- от бессилия изменить что-то в своей жизни.

Успехов Вам в воспитании ваших детей!

Особенности подросткового возраста

*Ребенок больше всего нуждается в вашей
любви, как раз тогда, когда он меньше
всего ее заслуживает
ЭрмаБомбек*