

УБЕРЕГИТЕ ПОДРОСТКА ОТ БЕДЫ

Подростковый возраст – один из самых кризисных периодов в жизни человека, и ему присущи свои особенности:

- максимальный расцвет эмоциональной сферы;
- появление импульсивных, взрывных реакций;
- действие идёт сразу же за эмоцией, без промежутка на размышление;
- учеба отходит на второй план, а на первый план выходят межличностные отношения;
- развивается чувство взрослости, и появляется негативизм – желание делать все по-своему.

Подростки представляют собой группу риска по употреблению психоактивных веществ, асоциальному поведению, суициду.

Подростку неуютно в этом мире, и он вынужден бежать из него, когда мы:

- не знаем, за что его можно похвалить;
- предвидя трудности, ограждаем от них, а не учим преодолевать;
- запрещаем или осуждаем его чувства;
- обвиняем его в своих неудачах и проблемах;
- предъявляем к нему противоречивые требования;
- постоянно контролируем и не даем возможности выбирать;
- требуем безошибочного действия и безупречного поведения.

Понимание и внимательное отношение родителей к проблемам своего ребенка, к его поведению поможет подростку пережить трудности этого возраста и избежать непоправимых ошибок.

Вечная детская мудрость

*«Чем проповедь выслушивать,
мне лучше бы взглянуть.
И лучше проводить меня,
чем указать мне путь.
Глаза умнее слуха –
поймут все без труда.
Слова порой запутаны,
пример же – никогда.
Тот лучший проповедник,
кто веру в жизнь провел.
Добро увидеть в действии –
вот лучшая из школ.
И если все мне рассказать,
я выучу урок.
Но мне ясней движение рук,
чем быстрых слов поток.
Должно быть,
можно верить и умным словесам.
Но я уж лучше погляжу,
что делаете вы сами.
Вдруг я неправильно пойму
прекрасный твой совет.
Зато пойму, как вы живёте:
по правде или нет»*

*Удачи Вам и успехов в
воспитании Ваших детей!*



БЕЗОПАСНАЯ СРЕДА ДЕТСТВА

«Родители и подростки:
умные отношения»
ЧАСТЬ I



Подростковый возраст – это очень тяжелый период. Взрослые обращаются с подростками как с детьми и ждут, чтобы они вели себя как дети. Командуют ими, словно маленькими животными, а потом хотят, чтобы из них выросли нормальные взрослые. Рационально мыслящие, уверенные в себе люди. Это трудный и нестабильный период.

Правила общения с подростками

(позволяющие снизить имеющиеся риски)

- Открытое обсуждение проблемы. Оно снимает тревожность, способствует выходу эмоций, тогда как избегание темы и подавление эмоций только увеличивает риски.
- Главное в отношениях с подростком - ничего не «играть», а почувствовать настоящую готовность подстраиваться под постоянно меняющиеся ситуации и настроения, иметь гибкую позицию по отношению к мнениям и взглядам ребёнка и уважать любые проявления его личности.
- Время безоговорочного авторитета родителей безвозвратно ушло, поэтому командовать и руководить больше не получится. Эта тактика обречена на проигрыш. Вместо этого регулятором отношений будет являться ваш авторитет, статус и конкретные действия.
- Внимание к резким изменениям в поведении подростка (снижение успеваемости, отсутствие заботы о своем внешнем виде, стремление к уединению, раздача ценных вещей, рискованное поведение, потеря самоуважения).
- Вовлечение в социально одобряемые формы деятельности в соответствии с интересами подростка (дополнительные занятия, кружки и секции).
- Вооружение подростка знаниями о жизни и взаимоотношениях людей (чтение литературы, родительские рассказы). Подростку необходимо знать, что и мы совершаем ошибки и переживаем неудачи, но справляемся с ними.
- Одной из особенностей подросткового возраста является потребность в риске, чаще всего продиктованная желанием самоутвердиться. Это трудно принять, но—единственный способ сделать это – рискнуть вместе с ребенком, но на своей территории. Так вы скорее сможете говорить с ним на его языке и дадите ему возможность постоянно удивляться вашей изобретательности.
- Постепенная передача подростку заботы и ответственности за его личные дела. Он считает себя взрослым и требует к себе такого отношения. И если он не получает этого в мире взрослых, прежде

всего своих родителей, то будет в большей степени стремиться получить это в среде своих сверстников и, возможно, в искаженной форме.

- Постоянный контакт с подростком. Он должен знать – что бы с ним не случилось, ему есть к кому идти и просить помощи. Зачастую уход подростков в «плохую компанию» является замещением отсутствия положительного общения в семье.
- Важным будет умение сохранять чувство юмора и оптимизма. Подросток воспринимает все происходящее с долей трагизма. Поэтому ваше умение разрядить ситуацию может сыграть здесь роль «громоотвода». Однако не стоит высмеивать или подшучивать над чувствами ребенка. Лучше всего сделать это над самой ситуацией.

Целевая установка

Подросткам, как никому другому, необходима целевая установка. В период, когда ребенок так много говорит о своей свободе и требует ее, причем не всегда приемлемыми для взрослых способами, установка поможет решить многие конфликты родителей и детей.

Внутренний стержень, голова на плечах, ясный разум – это все равно будет целевая установка. Заключается она в том, что **подросток четко знает, что ему интересно.** Идеальный вариант – закладывать ее еще с младшего школьного возраста, но, коль скоро этого не случилось в подходящий момент, считать подростковый период безвозвратно потерянным нельзя.

Занимаясь целевой установкой ребенка, родители должны четко понимать, что им придется пожертвовать огромной массой своего свободного времени. В этот период нет понятия «он взрослый и сам все может». Если подросток проявляет желание заняться спортом или творчеством, значит необходимо не только поспособствовать его поступлению в секцию или кружок, но и искренне болеть за его успехи и поднимать повешенный из-за неудач нос.

В подростковом возрасте существует только два направления: на созидание и на разрушение. Оба они очень сильны. Куда потянется ребенок, что будет руководить его действиями в самый сложный жизненный период – во многом зависит от чуткого отношения родителей.

Ответственность в мире взрослых

Подросток очень хочет делать все так, как хочется ему, как ему кажется правильным. И в этом он прав – в дальнейшем ему придется так жить. Но тут есть один каверзный момент. К самостоятельности дети готовы, они жаждут ее, а вот к ответственности – нет. И нужно эти понятия соединить в сознании ребенка, пока не поздно.

Важно, чтобы **подросток помнил о причинно-следственных связях: я сделал это, а в результате получилось так и так.** Чтобы не были вокруг плохими учителя, приятели, мама или папа.

Если же ему хочется самостоятельности, то разрешите это, помогите советом, но предупредите, что отныне ваша ответственность делится. Например, если в результате вечеринки с друзьями будет причинен урон квартире, то с этим придется что-то делать ему самому. Все это не нужно демонстративно и с надрывом показывать, гневно сверкать глазами, раздражаться и нервничать.

Любой разумный человек, особенно тот, который всматривается в закономерности происходящего, увидит самый простой пример (а не очень тонкие намеки после трех попущений добрых родителей). Но еще больше он оценит спокойное объяснение этих закономерностей. И если разговор будет вестись мягко и уважительно по отношению к нему – тем лучше он прочувствует сказанное и тем безболезненнее воспримет. Часто понимание своих ошибок скрывается за крикливой бравадой. Либо напояк отвергается с объяснениями «устаревших взглядов». Но в душе каждый из нас понимает и чувствует происходящее совсем иначе.

