



Как сохранить теплые отношения с подростком

Памятка для родителей

«Зло в детях рождается чаще всего потому, что любовь и доброта были дефицитом в их жизни, они оказались обделенными радостью общения с любящими людьми. Пусть это звучит категорично и спорно, но воспитывать могут только любящие друг друга родители. Им присущи и педагогическая мудрость, и терпение, и трудолюбие, и личный пример, и требовательность к детям»

- Разговаривайте со своим ребенком.
У подростка должен быть шанс высказаться по поводу того, что его волнует, что он услышал по радио, видел по телевизору. Он должен приобрести опыт общения со взрослыми на равных, чтобы понять: когда у него возникнут трудности, он всегда может обратиться за помощью к родителям.
- Говорите ребенку, что Вы его любите. Если до сих пор Вы этого не делали, сегодня еще не поздно. Ребенок в любом возрасте хочет слышать, что его любят, видеть ласковые глаза. Дорогие вещи никогда не смогут заменить искренних слов о любви.
- При разговоре постарайтесь хотя бы раз коснуться руки сына или дочери. Это очень важный момент общения, но не забудьте, что частое прикосновение может и раздражать ребенка. Не злоупотребляйте поцелуями и объятьями, они могут смущать ребенка, особенно если у него переходный возраст.
- Помните, родители, пожалуйста, подробнее об этом периоде в своей жизни и будьте честными перед собой.
- Проанализируйте, что не досказали Вам в этот период Ваши родители, какую искаженную информацию Вы получили от друзей.

Если Вы солжете ребенку несколько раз, то и он солжет Вам. Поэтому прежде, чем наказывать за ложь сына или дочь, не спрашивайте его: «Кто тебя научил врать?» Остановитесь! Маленькая ложь рождает большую. Значит, где-то в подсознании у ребенка сидит пример Вашей лжи

- Обстоятельства просто помогли ему этот кадр проявить в реальной жизни, как фотографию.
- Старайтесь избегать скандалов и публичных ссор при ребенке, так это может сформировать у него модель конфликтного поведения, которое он будет переносить на окружающий социум.
- Следите за тем, как ваш ребенок питается до школы и в школе. Большинство детей приходят в школу с пустым желудком, что провоцирует агрессивное поведение.
- Необходимо адекватно оценивать возможности своего ребенка и не ставить перед ним заведомо неосуществимых задач, невыполнение которых неизбежно приведет к заниженной самооценке, проявлению агрессии, суицидальным попыткам.
- Не будьте равнодушными к проблемам ребенка, старайтесь посещать школу не только, когда проводится родительское собрание, но и в течение четверти. Во время посещения школы спокойно и тактично разговаривайте с педагогами, постарайтесь выяснить истинные причины проблем (версия учителя) и только потом предъявляйте свои претензии и требования (версия ребенка и родителей).
- Избегайте практики физического наказания, в частности, после посещения родительского собрания. Дети перестают доверять не только родителям, но и взрослым вообще, боятся рассказывать о своих проблемах, трудностях, лгут и выкручиваются, становятся замкнутыми, убегают из дома, ищут поддержки на стороне.
- Не нарушайте нормы поведения, не ступайте без спросу на личную территорию ребенка. Непозволительно читать чужие письма, копаться в чужих вещах, проверять карманы. Пусть даже из лучших побуждений. Не сжигайте мосты – ни в коем случае не говорите: «Теперь ты потерял мое доверие». Ведь часто сами взрослые своим неуравновешенным поведением провоцируют подростка на неадекватное поведение.
- Не избегайте друзей подростка, а выстраивайте отношения с ними. Нужно помнить их по именам, знать их увлечения.
- Даже при разборе поведения своего чада не позволяйте себе говорить, что чей-то ребенок лучше, аккуратнее, умнее, чем Ваш. Это значит, что Вы любите того, «хорошего», а своего, «плохого», сегодня разлюбили; будет хорошо завтра себя вести, вот завтра его и будете любить. Сами того, не подозревая, Вы перевернули душевный мир ребенка: Не удивляйтесь после этого, откуда у Вашей дочери или сына появился ужасающий цинизм или жестокость.
- Внимательно следите за здоровьем и физическим состоянием ребенка. Не появилось ли в его глазах странное выражение? Между прочим, многие родители о том, что их дети употребляют алкоголь или наркотики, узнают последними.
- Интересуйтесь, чем живет молодой человек, какие журналы и книжки читает, какие фильмы смотрит, какую музыку слушает, в какие компьютерные игры играет, какие посещает сайты. Можно и нужно высказывать свое мнение, говорить, что вам нравится и не нравится, и желательно объяснять почему.
- Старайтесь в общении с подростком не употреблять оценочных суждений типа «это нельзя», «это недопустимо», «это плохо», поберегите их для ситуаций, когда нужно очень четко сформулировать свою позицию. Во всех остальных случаях старайтесь беседовать мягко: «мне кажется», «мне нравится, а как считаешь ты?»

- Надо быть готовым оказать эмоциональную поддержку, которая проявляется в сочувствии, откровенном разговоре.

«Прекрасные дети вырастают в тех семьях, где отец и мать по-настоящему любят друг друга и в то же время любят и уважают людей»

В.А. Сухомлинский

Максимова Н.В.,
педагог-психолог