

«Когда ребенок становится подростком»

Подростковый возраст один из самых интересных и замечательных периодов нашей жизни. В это время развиваются многие черты характера, с которыми мы остаемся впоследствии.



Так пусть же он обязательно случается - этот возрастной кризис!

Подростковый кризис будет. У кого раньше, у кого позже, но наступит обязательно.

Так как же подготовиться к подростковому кризису?

Речь пойдет не о том, как его избежать, он необходим. Хочется дать несколько полезных рекомендаций, чтобы кризис протекал более органично и экологично.

"Пять элементов", благодаря которым кризис проходит без серьезных последствий для подростка и семьи: ДИАЛОГ, ДОВЕРИЕ, УВАЖЕНИЕ, ТЕРПЕНИЕ, ЛЮБОВЬ.

И это не про попустительство. Воспитание подростка - это очень серьезная родительская работа. Работа с высокими эмоциональными нагрузками, ночными дежурствами и выходами в праздничные дни. Но если эту работу любить, то можно получить от всего массу удовольствия. Ведь подростки - они классные!

ДИАЛОГ. Что важно в отношениях с маленьким еще ребенком, чтобы в будущем был возможен диалог с ним?



Диалог строят двое. Следовательно, важно не только самому быть способным к диалогу, но и учить этому своего ребенка. Диалог - это когда у каждого есть пространство и время для высказывания, когда мы слышим друг друга и признаем право другого на его мнение, потребности, чувства. Важно научить ребенка говорить на языке чувств. Особенно это сложно мальчикам. Какие чувства бывают, как они называются, ощущаются. В семьях, где говорить о чувствах умеют, не стыдятся, не запрещают, где это является семейной нормой - у конфликтов и противоречий больше шансов разрешиться положительно.

Ребенок должен уметь слышать и о чувствах родителей. Но говорить родителям о себе, о своих чувствах надо без отвержения, не злоупотреблять обвинением и пристыживанием. Иначе будет обратный эффект. Пресыщение стыдом и виной приводит к отстранению, формирует

у детей труднопреодолимые комплексы. Злоупотребление пристыживанием и обвинением - основные причины разрыва эмоциональных отношений между детьми и родителями.

К конструктивному диалогу приводят такие замечательные семейные ритуалы, как совместный досуг, посиделки по вечерам, без критики и строгости.

В авторитарных семьях диалог это скорее исключение. Право на монолог принадлежит родителям (или одному из них). Есть семьи, где наоборот - слишком много прав у ребенка, он управляет жизнью семьи, что приводит к большим рискам для будущего семьи.

Задумайтесь, присмотритесь к своему ребенку - как он выстраивает своё общение, легко ли ему говорить о том, что с ним происходит, описывать свои состояния, настроение, говорить о своих желаниях, чувствах, отношениях.

ДОВЕРИЕ. Люди учатся доверять друг другу, основываясь на предыдущем опыте. Если хотите завоевать доверие подростка, поддерживайте его все время. Если подросток показывает, что способен вести себя разумно, заботиться о себе, следовать правилам и вносить свой вклад в общие семейные дела, повышайте кредит доверия и предоставляйте больше личного пространства.

Выполняйте свои обещания. Даже в мелочах. Привлекайте подростка к обсуждению семейных дел и традиций. Учитывайте его мнение, принимая решения. Уважайте стремление подростка иметь личную жизнь.

УВАЖЕНИЕ. Подросток вправе ожидать, что родители будут относиться к нему, как личности, проявляя понимание его слабостей и позволяя принимать самостоятельные решения и извлекать опыт из собственных ошибок. Только доверительные отношения помогут наладить контакт и построить мост взаимопонимания между взрослыми и формирующейся личностью.

ТЕРПЕНИЕ И ЛЮБОВЬ. Родителям необходимо помнить о том, что и они когда то были подростками. Что и их не обошел стороной подростковый кризис. Что такое безусловная любовь? Это умение прощать обиды и самому попросить прощения у ребёнка (не стоит этого

бояться). Это способность наступить на горло своему желанию поучать и морализировать, а также умение начинать каждый день заново, с чистого лица. Вам придется вместе пройти этот путь, который приведет к близким отношениям между вами и ребёнком.

«Любовь долготерпит, милосердствует, не раздражается, не мыслит зла, все покрывает, все переносит. Любовь никогда не перестает». Это слова из Библии, из послания святого Павла.



Подростковый возраст впереди и к нему имеет смысл хорошенько подготовиться. В воспитании важно мыслить стратегически. Эффективные тактические приемы могут помогать сегодня, сейчас, но при этом формировать определенный стиль отношений, черты характера у ребенка, его установки, подтачивать психику, или же переворачивать иерархию.

Материал подготовила педагог-психолог службы сопровождения замещающих семей С.В.Повышева