

«Пойми меня»

Основная масса родителей воспитывают своих детей по памяти из детства, как это было у них. Небольшая часть родителей, подковавшись литературой, телепередачами уверена, что знает о правильном воспитании все. И вот уже дитя – подросток, а взаимопонимания с ним нет. Родители терпят фиаско. Вы хотите узнать, как найти подход к любимому чаду подросткового возраста?

Один из самых сложных этапов становления человека, как личности – подростковый период. Он начинается в возрасте от 10 лет и заканчивается к 17 годам. Для каждого ребенка этот момент индивидуален, но заботливый и внимательный родитель сразу поймет, что с его чадом происходит что-то неладное. Главное в этот период – не разорвать ту тонкую ниточку, которая связывает вас с ребенком с рождения.

Начало переходного возраста характерно тем, что ребенок начинает разговаривать с вами на взрослом языке, при этом, делая поступки, которые характерны для ребенка. Это несоответствие пугает самого подростка, не говоря уж о тех, кто живет рядом с ним. В его голове толпятся мысли, тело пугает новыми ощущениями и формами, а родители становятся слишком настойчивыми и несправедливыми. В вихре стремительно происходящих изменений, подросток должен понять и простить окружающий мир и себя. Без помощи родителей это невозможно. Поэтому придерживайтесь в общении с «обновленным» человеком некоторых принципов.



Вспомните себя в этом возрасте. Как вам хотелось, чтобы взрослые считались с вашим мнением...как бурно вы реагировали, когда этого не происходило...как стремились добиться авторитета в среде сверстников...какие разные и противоречивые чувства вами переживались – от бессилия, одиночества и непонятости до ощущения своего всемогущества, осознания таких истин и понимания вселенной и человечества, о которых никто просто не догадывается!

Как родителям понять подростка и помочь ему

Основным правилом в общении с подростком считается общение. С ребенком нужно разговаривать, любыми способами, вызывая его на диалог. Они же еще дети и в разговоре все равно выскажут проблемы. Прямо или косвенно, главное – услышать и понять.

1. «Нет».

Вы испуганы поведением взрослеющего ребенка, и боитесь, что ответив отрицательно на очередную его просьбу, потеряете доверие? Вы скорее лишитесь всего вышперечисленного в том случае, если из страха будете соглашаться на все безумные просьбы подростка.

Не страшитесь говорить «нет»! Только решение должно быть окончательным и обоснованным.

Готовьтесь на каждый отрицательный ответ развернуто обосновать своего решения. Выслушивайте мнение подростка по поводу сложившейся ситуации со спокойной уверенностью взрослого человека, который точно знает, что делает. Не паникуйте, не кричите и не скандальте никогда. Видя ваше замешательство, ребенок может трактовать это по-своему. Он просто послушается вас или уговорами, слезами, угрозами заставит вас переменить решение.

Твердое «нет» никогда нельзя заменять на скользкое «может быть». Таким образом, вы даете своему ребенку надежду на то, что сменившиеся обстоятельства могут повлиять на ваше решение. И он начнет искать возможность переменить их.

2. Два взрослых человека.

Представьте себе ситуацию, когда вы разговариваете со своими родителями, а они начинают с вами сюсюкать. Согласитесь, вы будете чувствовать себя не совсем комфортно. Так почему вы считаете, что с подростком можно общаться, как с трехлетним малышом? Навязывая собственное мнение, родители не понимают, что вызывают бунт в душе ребенка. Если он не противоречит открыто, то делает это так, чтобы вы не узнали. Подросткам невыносимо сознание того что их все еще считают детьми. Они требуют к себе отношения, как ко взрослому человеку.



Понять своего ребенка-подростка не сложно – относитесь к нему, как к равному.

- Разговаривайте спокойно и с достоинством;
- Обсуждайте совместные проблемы;
- Шутите.

Старайтесь быть рядом в тот момент, когда жизнь требует от него принятия взрослых решений. Не настаивайте на том, чтобы ребенок обязательно последовал вашему совету.

Лучше, если вы выскажите собственное мнение на создавшуюся проблему, а пути решения ее он выберет сам. Не ограничивайте свободу подростка до такой степени, когда он будет страдать от ощущения постоянной слежки. Некоторые

родители слишком усердствуют в контроле над собственным чадом. Подростку нужна свобода мысли и действий, контролируйте его так, чтобы он об этом даже не догадывался.

Постепенно внушайте подростку то, что он уже взрослый человек, а взрослые люди отвечают за свои поступки самостоятельно. Это только возвысит его в собственных глазах.

3. Учить, и еще раз учить!

К 10 годам детям окончательно надоедает школа, учителя, уроки и учебники. А тут еще мама с папой, которые стараются научить его жизни. Если у вас есть взаимопонимание со своим чадом, вам не сложно будет объяснить ему, что это нужно для его же блага. В противном случае, не отступайте! Учите ребенка ответственности за собственные поступки, самоконтролю и умению принимать взвешенные решения. Если вы не дадите этого своему ребенку, может случиться непоправимое. И тогда, вам придется решать более серьезные проблемы.

Учите подростка следующим качествам и чувствам:

Организованность. Способность человека не останавливаться на достигнутом, и двигаться к намеченной цели – признак успешности и целеустремленности. Учите ребенка тому, что жить без стремления к чему-то нельзя, у человека должны быть желания, мечты, которые требуют воплощения в жизнь;

Забота. Ребенок воспитывается среди взрослых, братьев, сестер и друзей, которые любят и оберегают его. Воспитывайте в подростке доброту, сострадание, мягкость, выдержку и внимательность по отношению к людям;



Позитив. Нельзя, чтобы ребенок «закрывался» в себе, не в силах решить какую-то «глобальную» жизненную ситуацию. Понятно, что он сам себя «накрутил» и теперь в панике ищет выход. Объясните подростку, что его «страшные» проблемы – результат самобичевания и негативного отношения к себе и собственной жизни. Постоянно уверяйте подростка в том, что он не страшилище, которым себя мнит, а очень приятный молодой человек.

Достаньте собственные подростковые фотографии, покажите, каким были вы в его возрасте. Можно привести в пример фото звезд эстрады и кино. Благо, их множество в интернете. Мелкие провинности и ошибки вашего ребенка не стоят того, чтобы он буквально «казнил» себя за них. Объясняйте взрослому человеку, что в жизни бывают проблемы посерьезнее, чем то, что он сегодня повздорил с другом. Каждый факт самоедства вашего ребенка, пресекайте на корню. Ищите правильные слова, примеры из собственной жизни, истории людей, которых знает ваш ребенок. Самобичевание – это дурная привычка, которую подростку искоренить самостоятельно очень сложно.

4. Скандал и агрессия.

Родители, которые отчаялись «наставить» свое чадо на путь истинный разговорами и пониманием, стараются сделать последнее, что считают возможным – они скандалят, угрожают и ругают ребенка. Этого делать нельзя! Вы не только не добьетесь понимания и послушания, вы окончательно оттолкнете от себя подростка. Те крупинки понимания и контроля над ситуацией рассыплются в прах. Ответная реакция на ваше отношение может быть самой страшной – от агрессии в ваш адрес до попытки суицида.

Кризис подросткового возраста – знакомое и страшное словосочетание для всех родителей. Оно означает то, что в переходном возрасте ребенок становится неуправляемым и агрессивным.

Учимся понимать подростков – изменения по возрастам

Попробуем разобраться с тем, что происходит в организме ребенка на каждом этапе взросления.

1. 12 лет. Еще маленький или уже большой?

Это тот возраст, когда ребенок еще не может быть взрослым, но уже не хочет оставаться ребенком. Он копирует поведение и манеры тех, кто рядом, чтобы казаться старше. В этом возрасте ребенок уделяет пристальное внимание своей внешности. Девочки проводят первые эксперименты с косметикой, а мальчики с тяжелым вздохом разглядывают прыщи в зеркале.

Дети становятся медлительными и стараются замкнуться в себе. Теперь главное – не дать уползти им, как улитке в раковину, откуда потом их слишком трудно достать.

2. 13 лет. Гиперактивный и перевозбужденный.

К 13 годам в организме подростка начинают происходить бурные процессы, которые принято называть гормональными изменениями. Это один из

самых активных периодов в развитии и становлении ребенка, как взрослого человека. Теперь он научился отличать взрослое поведение от детского, и прекрасно знает, что все большие дяди и тети – самостоятельные люди. Стараясь казаться самостоятельным, подросток совершает одну из самых неприятных ошибок в своей жизни – он абстрагируется от родителей и перестает признавать их авторитет. Если упустить этот период, можно прийти к плачевным результатам.

В этом возрасте дети подвержены повышенному либидо. Особенно это касается девочек. Мальчики созревают в сексуальном плане несколько позднее.

3. 14 лет. Борьба за право голоса и признание.

В этом возрасте подростки особенно неуправляемы. Доказывая свою состоятельность и независимость, они начинают действовать назло родителям. Не путайте это отношение со злостью и агрессией ребенка по отношению к вам. Он так же любит вас, как и тогда, когда был маленьким. Но теперь им движет незнакомое до того чувство противоречия. Подросток, скорее всего, сам не рад тому, что он делает, но не может изменить себе и оспаривает каждое, сказанное вами слово. Не кричите на него и не ругайте за «вредность». Он не виноват, а этот период скоро закончится.

4. 15 и 16 лет. Еще не личность, но надежда есть.

Если в прошлом ребенок принадлежал душой и сердцем только вам, то теперь пришло время делиться. У него появляются друзья, знакомые и первая любовь, которые отдаляют вас от ребенка. Теперь только от вас зависит, останетесь вы друзьями или чужими, непонимающими друг друга, людьми. С появлением новых людей вокруг подростка, моральные нормы, убеждения и жизненные принципы, которые вы вкладывали в его голову много лет, дают трещину. Теперь перед ним есть другие люди, которые воспитаны по другим правилам. Не удивительно, что перед ребенком встает вопрос – кто прав? Неужели мама и папа, которые ежедневно твердят о самосовершенствовании и самоконтроле? Ведь, проще и веселее жить, как новые знакомые – блуждая по улицам в поисках приключений и не утруждать себя «лишними» проблемами. Это тот момент, когда вы строго, но ненавязчиво должны контролировать сферу общения ребенка. Если вы изначально знаете, что он дружит с детьми, понятия которых не идут вразрез с убеждениями вашей семьи, легче будет понять подростка и его душевные метания.



Почему родителям трудно понять подростка, которому 15 или 16 лет? Ответ – они забыли себя в этом возрасте. Вспомните первую любовь, первый раздор с другом, когда вы не сошлись во мнениях, первый поцелуй. В этом возрасте слишком многое случается впервые. Подростку трудно справиться с наплывом эмоций, чувством одиночества и ощущением собственного бессилия перед сложившейся ситуацией.

Важно дать понять ребенку, что он не один, что вы всегда поможете и поддержите его. Его проблемы – ваши проблемы, но решение принимать должен он сам.

Главное, чтобы они были взвешенными и обдуманними. Воспитывайте в подростке чувство ответственности за близких и любимых людей.

Наряду с житейскими понятиями, в ребенке формируется мировоззрение. Он получает много знаний от учителей, интересуется историей и науками. Его взгляды и суждения становятся обширны и многогранны. Этот возраст характерен тем, что человек находится на вершине умственного и психического развития.

Слушайте своих детей, дайте им возможность высказывать собственное мнение. Ведь только в общении зарождаются теплые, дружеские отношения, которые вы сохраните на всю жизнь.