

ПРАВИЛА ОБЩЕНИЯ С ПОДРОСТКАМИ



Подросток. Это возраст, полный противоречий и болезненных переживаний. Это возраст наивысшего недовольства своим внешним видом. Это возраст, когда ждут перемен и одновременно боятся их. Это возраст оценки себя и своего места в мире. Это возраст крайнего одиночества в группе себе подобных. Это возраст первой любви. Как трудно общаться с детьми подросткового возраста, знает каждый взрослый. Но давайте вспомним себя и несколько необходимых правил общения, и можно будет надеяться на взаимопонимание и гармонию в отношениях.

Основные правила, которые необходимо учитывать взрослым при взаимодействии с подростками

1. Правила, ограничения, требования, запреты, обязательно должны быть в жизни каждого подростка. Это особенно полезно помнить родителям, желающим как можно меньше огорчать детей и избегать конфликтов с ними. Если ограничения отсутствуют, это значит, что взрослые идут на поводу у ребёнка, допуская попустительский стиль воспитания, отнюдь не лучший.
2. Но! Правил, ограничений, требований, запретов, не должно быть слишком много, и они обязательно должны быть гибкими. Это правило предостерегает от другой крайности - воспитания в духе «закручивания гаек», авторитарного стиля общения.
3. Родительские установки не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребёнка (потребностью в движении, познании, упражнении, общении со сверстниками, мнение которых он часто уважает больше, чем мнение взрослых).
4. Правила, ограничения, требования, запреты, должны быть согласованы взрослыми между собой. В противном случае дети предпочитают настаивать, ныть, вымогать, одним словом, начинают успешно манипулировать взрослыми.
5. Тон, которым сообщено требование и запрет, должен быть дружественным, разъяснительным, а не повелительным.
6. О наказаниях. От ошибок никто не застрахован, и настанет момент, когда Вам нужно будет отреагировать на явно плохое поведение подростка. Помните, что степень наказания должна соответствовать серьёзности проступка, и здесь важно не переусердствовать. За один проступок наказываем один раз, а не припоминаем бесконечно чужие ошибки. Необходимо выстраивать со своим ребёнком добрые, по возможности доверительные отношения.

Чтобы этого достичь, нужно:

1. Беседовать с подростком дружелюбно, в уважительном тоне. Сдерживать своё желание критиковать, а любой порыв ребёнка что-либо с Вами обсудить, поощрять. Демонстрируйте уважение к подростку, как к личности.
2. Быть одновременно твердым и добрым. Взрослый должен выступать в роли не судьи, а советчика.
3. Снимать излишний контроль. Контроль над подростком требует особого внимания взрослых. В случае гиперконтроля ответный гнев не приведёт к успеху, а скорее испортит отношения.
4. Поддерживать подростка. В отличие от награды поддержка нужна ребёнку даже тогда (и в первую очередь тогда), когда он не достигает успеха.
5. Иметь мужество. Изменение поведения требует практики, времени и терпения.
6. Демонстрировать доверие к подростку и уверенность в нём.

Как не стать его врагом?

1. 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.
2. Время безоговорочного авторитета взрослых 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.
3. Одной из особенностей подросткового возраста является потребность в риске, чаще всего продиктованном желанием самоутвердиться. Это трудно принять, но единственный способ избежать больших проблем - быть готовым открыто обсуждать эти темы с ребёнком, говорить с ним на его языке и вместе находить иные пути для самоутверждения.
4. Важным будет умение сохранять чувство юмора и оптимизм. Подросток воспринимает многое из происходящего с ним с большой долей трагизма. Поэтому ваше умение разрядить ситуацию может сыграть здесь роль «громоотвода». Только не нужно высмеивать ребёнка или подшучивать над его чувствами. А вот посмотреть на любую ситуацию с позиции позитива будет полезно.
5. Если подросток захочет задать вопрос об отношениях с кем бы то ни было или спросить о том, что его волнует, не отказывайте ему в совете, но помните, что каждый вправе поступить так, как считает нужным.

Удачи и терпения Вам в общении с нашими самыми дорогими, непростыми, но главное очень любимыми

У Вас всё получится!