

Мой ребенок Подросток! Почему трудно общаться с подростком? Как договориться с подростком?

Какие ассоциации приходят с этими словами? Переходный возраст, проблемы с родителями, уход из дома, замкнутость, агрессия, нежелание учиться, протесты, боль, непонимание, первая любовь, вредные привычки, кризис, негативизм?

В чем трудности налаживания контакта с подростком и почему его вообще приходится налаживать? Куда он делся? Был ли он выстроен раньше?

Иногда приходится признать, что трудности отношений подростка и родителя есть закономерное следствие тех проблем, которые изначально не были решены в давно минувших возрастных этапах жизни ребенка. Эти проблемы и ранее присутствовали в ваших отношениях, но именно в подростковом возрасте они стали явными, видимыми, болезненными. А значит, строить отношения со своим ребенком необходимо задолго до наступления переходного возраста.

Родителям важно помнить, что подростки неустойчивы в своих суждениях, взглядах, они не умеют адекватно оценить себя, преуменьшая или преувеличивая свои возможности, склонны к подражанию. И это нормальное явление для этого возраста, потому что ему важно понять для себя – кто я, какого мое место в мире, зачем я? И он ищет ответы на эти вопросы, пробуя себя в разных сферах, направлениях, совершая ошибки, и получая бесценный опыт.

По мере осознания себя, открытия своего Я, ребенок приобретает навыки, закладывающие основу его будущего. Удовлетворяя свои потребности – стремление к самосовершенствованию, поиск своего места в мире, подросток расширяет свой круг общения, выводя его за пределы индивидуального опыта, и получает толчок к формированию идеалов и жизненных установок.

Очень важно, чтобы ребенок не потерял способность познавать мир умом и сердцем, выражая свое отношение к добру и злу, мог познать радость, связанную с преодолением трудностей общения и неуверенности в себя. Социальное окружение ребенка сыграет здесь свою роль. Важно, чтобы рядом оказался родитель или наставник, который возьмет на себя обязанность сопровождать и поддержать ребенка в этом пути самопознания и саморазвития, поможет сформировать в нем качества, необходимые для самосуществования и самореализации.

Помогите своему ребенку пройти этот этап взросления. Оставайтесь для него верным другом и любящим родителем. Эти действия помогут вам.

Посмотрите на ситуацию глазами своего ребенка, ощущая его тревогу, стремления.

Учите ребенка к самостоятельной и обоснованной оценке ситуаций, явлений.

Показывайте ему образцы взрослого поведения: делитесь переживаниями по поводу своих успехов и неудач; отвечайте за свое решение, поведение и разрешать конфликты, выходить из трудных жизненных ситуаций.

Помогайте ему выражать свои чувства. Обсуждайте с ребенком негативные мысли и чувства спокойно, без обвинений и манипуляций.

Уберите свои ожидания от ребенка, что он должен вести себя так, как вам хочется, быть таким, как вам хочется. Он сам уникальная личность со своими особенностями, жизненными целями.

Критикуйте без осуждения и только действия.

Приходите на помощь в сложных ситуациях.

Вовлекайте в ценностно-значимую деятельность.

Помните, что ребенок заслуживает любви и уважения: ценность в нем самом. Подросток не состоит сплошь из недостатков, слабостей, неудач. Достоинства у него есть и в этом возрасте, надо уметь их видеть.

Педагог-психолог Турченко Наталья Петровна