

8 шагов к подростку: рекомендации для родителей

Все взрослые были когда-то подростками, но, к сожалению, почему-то многие об этом забывают.

А ведь родителям иногда напоминать об этом, верно?

Подросток - это уже не тот прекрасный, удобный и послушный ребенок, каким он был раньше. *Это формирующийся взрослый, и именно от родителей зависит, каким будет взросление подростка в семье.*

Любые изменения микроклимата в семье могут повлечь за собой серьезные проблемы в жизни ребенка. Как правило, период взросления насыщен массой запретов, условностей, пожеланиями родителей. В этот момент, когда подростку нужна помощь, поддержка, принятие родителями, чаще всего он недополучает эти ценности.

Жизнь многих современных подростков сводится к гаджетам и непоследовательному воспитанию родителями. Сегодня папа добрый, и все разрешает, завтра мама запретит, послезавтра мама разрешит, папа запретит... К сожалению, интересы многих подростков крутятся вокруг компьютерных игр, все меньше подростков посещают спортивные секции и дополнительные образовательные учреждения.

Стандартными вопросами обращений родителей становятся:

«Как найти общий язык с подростком?».

«Что делать, если подросток отдаляется и не идет на контакт?»



Предположим, вы потеряли общий язык с подростком? Ответьте сами себе: «Почему это произошло?». Многие взрослые пытаются переложить ответственность на подростка, дескать, сам захотел и перестал общаться. Однако ответственность родителей за воспитание подростка равная. И «само» возникнуть не могло. Это означает, что в какой-то момент произошло отчуждение в семье, возможно этому, способствовал семейный кризис или сложная ситуация в семье.

Поэтому главное для себя уяснить, что:

1. Златокудрое удобное, послушное дитя останется только в вашей памяти.
2. Подросток особенно нуждается в добром отношении и любви, безусловной и настоящей. Гормональные и физиологические процессы, происходящие в его организме, влияют на его эмоциональное состояние. Может возникнуть чувство страха, усталости, разбитости, апатии и болезненные ощущения в различных частях тела. Именно сейчас ему важно принятие и любовь, ибо психика подростка чрезвычайно тонкая.
3. Тонкого подхода требует вопрос денежных отношений в семье. Торгово-обменные операции с подростком (к примеру, если ты сходишь в магазин,

я включу тебе интернет или дам 100 рублей) выглядят нелепо. К тому же семья - это один организм и каждый человек в ней выполняет свою функцию и работу. Это не торгово-партнерские отношения.

Бывают случаи, когда подростка с 14-15 лет устраивают в семейный бизнес и платят зарплату как равноправному члену семьи и бизнеса. Но давать деньги за то, чтобы подросток прибрался в комнате или сходил за хлебом, не стоит. Ведь так обесценивается духовно-нравственная опора семьи. Часто средством накопления являются деньги, отложенные подростком со сдачи в магазине (когда родители говорят пришедшему с покупками подростку: «сдачу оставь себе!») или т.н. подарочные деньги, когда на день рождения, новый год и т.д. деньги дарят родственники).

Вопрос денежного поощрения настолько тонкий, что общей формулировки тут быть не может, ведь достаток в каждой семье разный и потребности разные, равно как и представление о духовно-нравственных ценностях.

4. Учёба- это ответственность подростка.

И задача родителей именно воспитать эту ответственность, мотивировать его к образовательному процессу!

Учёба это не только «выполненные» домашние задания, но и новые знания, достижения, общение, гармоничное развитие.



5. Если вы не хотите, чтобы ваш подросток сидел в интернете, выйдите из него сами! Хотя бы на время. Когда общаетесь с ребенком, когда завтракаете или ужинаете вместе, когда отдыхаете вместе!

6. Устраивайте еженедельный небольшой семейный праздник! День без телефонов! Только вы и ваша семья. Общайтесь, готовьте, отдыхайте душой и телом, смейтесь, играйте!

7. Уделите внимание спорту и физической активности подростка. Это очень ценный ресурс! Поддержание себя в форме, активность, движение - увлекает всю семью. Было бы замечательно всей семьёй посещать спортзал и бассейн! Можно ходить в семейные походы, на йогу.

Обязательно согласовывайте с подростком! Предлагайте ему варианты и спрашивайте его идеи.

8. Разрешите подростку выбирать!

Проблема выбора - один из самых сложных вопросов, особенно касаемых воспитания. Разумеется, речь не идет о вредных привычках или об аддикции. Речь идет о том, чтобы вы дали подростку почувствовать себя значимым в семье! Предоставьте ему

право выбора там, где это вполне реально.

Жизнь - это опыт. И подросток, безусловно, открывает для себя жизнь и воспринимает ее во многом благодаря уже имеющимся, унаследованным от вас установкам. Не забывайте о том, что ребенок - не ваша собственность, а отдельная личность со своим внутренним миром, потребностями, идеями и фантазиями.

Любите и принимайте своего подростка таким какой он есть!