

НЕСКОЛЬКО ВАЖНЫХ ПРАВИЛ

- Когда скандал уже разгорелся, сумейте остановиться, заставьте себя замолчать - даже если Вы тысячу раз правы.
- В состоянии аффекта ребенок крайне импульсивен. Та агрессия, которую он проявлял по отношению к Вам, обернется против него самого.
- Не переходите при ссорах на крик.
- Похвалите своего ребёнка с утра как можно теплее!
- Ваше доброе слово, объятие, ласковый взгляд - душевная подпитка на весь долгий и трудный день для подростка.



КУДА ОБРАТИТЬСЯ?

БУ ОО "Центр ПМСС"
Телефон: (3812) 32-35-90
г. Омск, ул. Комсомольский городок,14
www.центрпмсс.рф



КАК ВЕСТИ СЕБЯ



С ПОДРОСТКОМ?



Рекомендации для
родителей

Уважаемые родители!

Обычно подростковый период не проходит легко и бесконфликтно, часто родители просто не знают как вести себя с внезапно изменившимся ребёнком.

Нижеприведенные рекомендации помогут Вам в разрешении конфликтов, а также научат Вас как можно их предотвратить!

1.Согласитесь с беспокойством и неудовольствием

Подростковый возраст полон противоречий и беспокойства. Ничего ненормального нет в том, что поведение подростка изменчиво и непредсказуемо, что он мечется от крайности к крайности, любит родителей и одновременно ненавидит их и т.д.

2. Различайте согласие и разрешение, терпимость и санкционирование.

Родители могут терпимо относиться к нежелательным поступкам детей (например, новая прическа) – то есть поступкам, которые не были санкционированы, не поощрялись ранее.

3.Избегайте акцентировать внимание на слабые стороны ребёнка

При обнаружении другими слабых сторон характера подросток чувствует боль. А если причина этой боли – родители, то она дольше не проходит.

4. Разговаривайте и действуйте как взрослый

Не соперничайте с подростком, ведя себя, так как он, используя молодежный жаргон. Подростки нарочно принимают стиль жизни, отличный от стиля жизни их родителей, и это тоже составляет часть процесса формирования их личности.

5. Одобряйте подростка и поддерживайте его сильные стороны

Ограничьте комментарии, относящиеся к дурным сторонам характера подростка. Напоминание о недостатках может сильно затормозить общение подростка с родителем. Многоэтапной задачей родителя является создание таких отношений и предоставление подростку такого жизненного опыта, которые будут укреплять характер и создавать личность.

6. Помогите подростку самостоятельно мыслить

Не усиливайте зависимость от вас. Говорите языком, который поможет развить независимость: «Это твой выбор», «Сам реши этот вопрос», «Ты можешь отвечать за это», «Это твоё решение». Родители должны подводить детей к самостоятельному принятию решений и учить сомневаться в правильности мнений ровесников.

7.Правда и сочувствие рождают любовь

Не торопитесь вносить ясность в те факты, которые, по вашему мнению, были извращены. Родители, скорые на расправу, не научат уважать правду. Некоторые родители излишне торопятся точно сообщить, где, когда и почему они были правы. Часто подростки встречают такие заявления упрямством и злобой. Таким образом, иногда и правда превращается в смертельное для семейных отношений оружие, если единственная цель – это докопаться до истины.

8.Не навешивайте ярлыков

«Аня глупая и ленивая. Она никогда ничего не добьётся». Такое «навешивание» ведет к тому, что предсказание исполняется само собой. Ведь дети склонны соответствовать тому, что о них думают родители.

9.Избегайте неоднозначных высказываний

Обращение родителя к подростку должно содержать одну информацию: понятный запрет, доброжелательное разрешение или открытую возможность сделать выбор.