

Истоки подростковой озабоченности своим смыслом жизни в распространенной установке: «До пяти лет воспитывай ребенка как господина, до пятнадцати – как слугу, а после пятнадцати – как друга». Эта установка привлекает своей определенностью и очень нравится многим родителям.

А если изначально воспитывать ребенка как «друга» - он будет значимой, хотя бы в семье, персоной (причем не избалованной, а именно ценимой по достоинству). Тогда для него общий смысл жизни ясен: я – достойная часть общества, я ему непременно пригожусь.

У детей подросткового возраста могут быть глубокие и серьезные переживания и одна из их причин – отношения с друзьями.

Ребята в этом возрасте становятся особенно чуткими к мнению сверстников о них.

Бесспорно, чувства и переживания ребенка заслуживают внимания со стороны родителей.

Именно принятие, сопереживание и внимание со стороны родителей и есть основа доверительных отношений в семье, залог настоящего и будущего взаимопонимания.

Гнев, раздражение или обида, даже справедливые, - плохие советчики.

Поддавшись этим эмоциям, мы можем повышать голос, требовать незамедлительного послушания, грозить наказанием, позволяем себе негативные высказывания в адрес ребёнка...

Вот десять способов мирного общения с ребёнком. Они станут для вас настоящим спасением. Вы удивитесь результату.

1. Проведите чёткую границу между понятиями «родитель» и «друг».

Вы можете стать другом своему ребенку. Но если вы при этом станете с ним «на одну планку», отбросите своё родительское превосходство – это рано или поздно приведёт к проблеме. Ребёнок должен знать своё место в семье. Он – младший. Он только учится жить в мире проблем и противоречий. Вы же в первую очередь – поддержка, опора в трудную минуту. Ребенок должен чувствовать в вас защиту, уважать ваш ум и умение выходить из сложных ситуаций.

2. Будьте участливы.

Это значит быть рядом, даже когда это нелегко и неудобно, когда вы загружены работой, когда усталость одолевает вас. Вы нужны своему ребёнку. Вы всегда должны знать, что происходит в жизни вашего ребенка. Вы должны заслужить его доверие, пожертвовав своим свободным временем. Если ребёнок будет уверен в вашей поддержке, вашем понимании – ему будет легче.

3. Воспитывайте в ребенке ответственность.

Объясните, что если он хочет определенного образа жизни - нужно приложить определенные усилия для его достижения. Дело не только в деньгах, а в его ответственности, независимости и возможности «стоять на собственных ногах». У ребёнка должны быть свои обязанности по дому. Ставьте перед ним задачи, но не «спускайте с рук», если они не делают то, что полагается.

4. Умейте слушать.

Это означает, слушать и понимать, не осуждая. Даже если ребёнок спорит или даже грубит - не перебивайте. Постарайтесь уловить суть проблемы. Очень часто это

крик о помощи. Помните, что ваш ребёнок вырос.

5. Не ленитесь объяснять.

Всегда объясняйте причины ваших требований. Так вы поможете ребёнку впоследствии принимать правильные решения самостоятельно. Ребенок должен видеть в вашей просьбе заботу, а не сухое требование, бездушный приказ.

6. Будьте готовы встать на защиту ребенка .

Они нуждаются в защите. Кто же ещё встанет на их сторону, если не родители? Дайте ребёнку понять, что вы с ним. Что вступитесь, поможете советом и никогда не осудите. Ребенку важно знать, что он не один в этом мире.

7. Будьте в курсе.

Знать, какую музыку слушает ваш ребёнок, как зовут его друзей (и их родителей), быть в курсе его школьных дел – задача максимум для хороших родителей. Это необходимо, чтобы иметь точки соприкосновения в общении родителей с ребенком. Он обязательно оценит ваше внимание. Видя, что вы в курсе всех его дел, ребенок просто не сможет вас игнорировать. И вряд ли захочет.

8. Будьте гибким.

Правила, конечно, должны быть, но не без исключений. Например, когда ребёнок должен убраться в своей комнате, но он занялся чтением интересной книги и просто забыл о своих обязанностях. Будьте гибкими, зрите в корень вопроса. В конце концов, уборка может подождать. Дайте ребёнку понять, что вы не бездушная машина, отдающая приказы, а человек понимающий и умеющий идти на компромисс. Поверьте, уже завтра ребенок сам уберёт в своей комнате. С удовольствием.

9. Имейте с ребёнком общие интересы.

Наличие общих интересов означает, что вы понимаете друг друга лучше. Вы вместе учитесь

и делитесь опытом. Поверьте, ваш ребенок хочет иметь какую-то связь с вами, кроме споров насчёт помощи по дому.

10. Продолжайте говорить, даже если он не будет слушать.

Дети всегда прислушиваются к родителям. Даже тогда, когда они кричат, они прекрасно слышат и понимают вас.. Не игнорируйте проблемы ребёнка. И он не сможет проигнорировать вас.

Основные правила активного слушания:

1. Повернуться лицом к ребёнку. Глаза на одном уровне.
2. Избегать вопросов, использовать утвердительную форму высказываний.
3. Держать паузу, давая ребёнку время на обдумывание.
4. Обозначать чувства, испытываемые ребёнком.

Результаты применения активного слушания:

1. Исчезает или ослабевает отрицательное переживание ребёнка.
2. Убедившись, что взрослый готов слушать, ребёнок рассказывает о себе всё больше.
3. Ребёнок сам продвигается в решении своей проблемы.
4. Ребёнок тоже начинает нас слушать и слышать.
5. Мы действительно начинаем лучше понимать своих детей.

"С родными в спор не вступит мудрый..."
Еврипид.

Активно слушать ребенка - значит «возвращать» ему в беседе то, что он поведал вам, при этом обозначив его чувство.

"Понимание - начало согласия".

Спиноза.

Уважаемые родители, вы должны знать – нет готовых рецептов в воспитании, есть только советы, рекомендации. И только чуткие сердца матери и отца найдут правильное решение.



Самое главное для ребенка – чтобы его любили таким, какой он есть.

Составил социальный педагог МБОУ
лицей №2 Нестерова М.А.

**"Души побеждаются не оружием,
а любовью и великодушием".**
Спиноза.

НАШ ТРУДНЫЙ ПОДРОСТОК

**Если ребенок растет в терпимости,
Он учится принимать других.
Если ребенка подбадривают,
Он учится верить в себя.
Если ребенка хвалят,
Он учится быть благодарным.
Если ребенок растет в честности,
Он учится быть справедливым.
Если ребенок растет в безопасности,
Он учится верить в людей.
Если ребенка постоянно критикуют,
Он учится ненавидеть.
Если ребенок растет во вражде,
Он учится агрессивности.
Если ребенка высмеивают,
Он становится замкнутым.
Если ребенок растет в упреках,
Он учится жить с чувством вины...**