Статья «Родители и дети-жизнь без конфликтов».

Подростковый возраст- это возраст противоречий и конфликтов. Подросток отстаивает свои взгляды, добивается от взрослых равных прав, но продолжает нуждаться в поддержке и защите.

Для подростка в это время характерны:

-негативизм, конфликтность, внутреннее беспокойство, стремление к самоизоляции, одиночеству;

-изменение интересов (появляются новые увлечения, ориентированные на нормы и ценности «взрослого мира»: музыка, подростковые компании, меняется стиль одежды, интерес к сексуальной сфере);

-ребенок претендует на расширение своих возможностей, но пока не готов в полной мере отвечать за свои поступки;

-большую часть времени подросток сконцентрирован на собственных переживаниях, чувствах, испытывает интерес к себе как к личности, к своим возможностям и способностям;

-может наблюдаться снижение школьной успеваемости или потеря интереса к учебным предметам, даже предпочитаемым.

Что же можно сделать родителям, чтобы лучше понимать своего взрослеющего ребенка?

Ваша задача**-**стать другом, авторитетом, помощником, которому доверяют.

Подумайте, какими качествами должен обладать человек, которому вы можете доверять? Как он должен себя вести?

* Необходимо запастись терпение и попытаться не проявлять ярких эмоциональных реакций-показывайте пример собранности и спокойствия;
* Стучитесь перед тем как зайти в комнату ребенка. Этим вы покажите уважение к его личным границам;
* Если ребенок слушает музыку, которая вас ужасает, вместо критики поинтересуйтесь, что именно в этой музыкальной группе(жанре) так его привлекает. Посвятите время собственному развитию (изучите сферы интересов ребенка, какими бы «дикими» они вам не казались). Это позволит вам говорить с подростком «на одном языке»;
* Если ребенок погружен в переживания, не высмеивайте и не обесценивайте эти чувства, даже если они кажутся вам несерьезными. Помните о ранимости и уязвимости подростка;
* Пригласите его девушку(парня) к себе домой, познакомьтесь. Лучше, вы разрешите им встречаться у себя дома, чтобы им не пришлось искать случайных мест для свиданий;
* Одобряйте подростка и поддерживайте его сильные стороны, напоминание о недостатках, напротив, может стать барьером в ваших взаимоотношениях;
* Помогите подростку самостоятельно мыслить. Фразы: «Это твой выбор», «Сам реши этот вопрос», «Ты можешь отвечать за это», «Это твое решение» предпочтительны. Подводите детей к самостоятельному принятию решений.

Специалисты Чаплыгинского ТО

Терехова А.Н.

Исайченкова Н.А.