

Как общаться с подростком?

В данной статье речь пойдет о том, как найти общий язык с подростком, как правильно разрешать конфликты, возникающие между тинейджерами и их родителями.

В любой семье в основе взаимопонимания лежит стремление каждого члена семьи уважать и прислушиваться ко всем остальным ее членам. Воспитание подростка зависит от внутрисемейных отношений родителей, ведь часто мать и отец, имея проблемы между собой, начинают переносить их на ребенка. В итоге ребенок из полноценной личности становится предметом компенсации неудачных отношений с мужем/женой. Именно поэтому важно учиться относиться друг к другу с терпением, пониманием и максимально оградить подростка от личных конфликтов родителей.

Обязанности подростка в семье

Для того, чтобы обязанности подростка в семье не стали источником множества конфликтов, нужно придерживаться следующих правил:

- ✚ Договоритесь с ребенком о том, что он будет полностью отвечать за чистоту и порядок в собственной комнате. Сам следит за чистотой, сам принимает решение, когда и как сделать уборку, сам её осуществляет. Договариваясь с подростком, не забудьте обозначить рамки этих «когда» и «как».
- ✚ Старайтесь делать уборку вместе (каждый прибирает «свою» территорию).
- ✚ Постарайтесь не приказывать, намного эффективнее дружеское взаимодействие.
- ✚ Не стесняйтесь просить о помощи. Пусть он почувствует, что помогает вам, как взрослый взрослому.
- ✚ Когда это необходимо, мягко, но настойчиво напоминайте ребенку о его обязанностях. Иногда подросток просто забывает об обещаниях.
- ✚ Создавайте дружескую атмосферу. Пусть ребенок знает, что, к примеру, совместное приготовление пищи будет дополнено дружескими беседами.

К подростковому возрасту ребенок проявляет такую склонность к поддержанию чистоты, которая была заложена в него еще с детства, поэтому резко изменить ситуацию не получится. Тут нужно терпение и понимание. Если вы будете пытаться договариваться с ребенком, то постепенно он пойдет вам навстречу.

Как предотвратить курение?

В этом возрасте дети часто начинают знакомиться с пороками взрослой жизни: сигаретами, алкоголем, наркотиками. Чтобы помочь ребенку выработать негативное отношение к пагубным привычкам, нужно:

- ✚ Показать то же самое своим примером. Родители сами должны вести здоровый образ жизни.
- ✚ Начиная с малых лет время от времени заводите с ребенком разговор на тему вредных привычек. Пусть ваши беседы происходят как бы между делом и носят познавательный характер (избегайте нотаций). Можно поделиться с ребенком находкой в виде фото из интернета, на котором изображены страшные последствия употребления вредных веществ (только фотографии подбирайте с умом, не нужно калечить детскую психику). Можно найти подходящий мультфильм или слайд, соответствующий возрасту ребенка. Можно время от времени приводить плохие примеры типа «от того дяденьки так неприятно пахло, невозможно было сидеть рядом с ним в автобусе». Со временем ребенок поймет, что тот же

курильщик – это не крутой «чувак», а человек с серьезным недостатком. А курение – это не просто привычка, а возможность сильно заболеть и умереть. Пусть к подростковому возрасту ребенок обладает собственным багажом знаний о серьезной опасности наркотиков, алкоголя и сигарет. Такой барьер гораздо надежнее, чем просто «нельзя».

- ✚ Занятия спортом, хорошее питание и регулярные выезды на природу снижают тягу к курению различных веществ, так как отстраивают правильную работу организма.

Как правильно общаться с подростком?

Избежать ссор помогут несколько рекомендаций о том, как общаться с подростком правильно:

- ✚ Уважайте его формирующуюся личность.
- ✚ Выдерживайте правильную семейную иерархию (отец, мать, дети), но не принижайте подростка. Показывайте, что вы чувствуете за него ответственность, направляйте, но старайтесь выстраивать отношения доверительно.
- ✚ Уважайте личное эмоциональное пространство ребенка, а также его личное помещение.
- ✚ Не читайте лекций, выстраивайте общение в форме диалогов. Создавайте диалоги в виде «вопрос-ответ». Они будут направлять мышление подростка в сторону правильных выводов.

Что делать с трудным подростком?

Перед тем, как что-то делать с трудным подростком, обратите внимание на своё (и вашего супруга) к нему отношение, на психологическую среду, в которой растет ребенок. «Трудными» подростками часто становятся недолюбленные дети. Никто из родителей от этой напасти не застрахован, даже те, кто бесконечно любят своих непокорных отпрысков.

Трудно быть счастливым и развиваться правильно, когда чувствуешь себя никому не нужным, когда дома ссоры и разлад между родителями, когда в школе проблемы со сверстниками или учителями. У недолюбленных детей нет благоприятной почвы для роста и развития.

Так окружающие (и в первую очередь, родители) своими руками создают трудного подростка. Ребёнок не только страдает от неправильного к нему отношения, но и оказывается виноватым во всех грехах (в «трудности» и «неправильности» окружающие обычно винят его самого).

Для исправления сложившейся ситуации родителям, в первую очередь, нужно разобраться в сути явления с говорящим названием «недолюбленные дети», тогда будет понятно, что нужно изменить в отношениях с ребенком, а также в той среде, которая его окружает. Начав работу над ошибками, не рассчитывайте на быстрый результат. Придётся по новой завоевывать утраченное подростком доверие, лечить его своей любовью.

Даже если устранить только внутрисемейные проблемы и обеспечить ребенка любовью, пониманием, уважением и достойными советами, то обстановка в семье будет медленно, но неуклонно улучшаться. Но действовать нужно на всех фронтах, где ребенок до сих пор сражался в одиночку (помочь ему наладить отношения с окружающими, навести порядок в учебе и т. д.).

Чтобы направить подростка в нужное русло, требуется определенное сочетание действий:

Качественный пример родителей.

Одновременно и доброе отношение, и жесткая дисциплина со стороны отца.

Терпение и любовь матери.

Справедливости ради стоит сказать, что трудным подросток может стать и в силу других обстоятельств: наследственности, болезни и т. д. В этом случае родителям также не стоит отчаиваться, нужно постараться исправить ситуацию, насколько это возможно.

Как улучшить отношения?

Нужно дать ребенку почувствовать, что его любят без всяких условий. Ни оценки, ни мнения окружающих – ничто не сможет уменьшить родительскую любовь.

Родитель должен убедить подростка в простой истине: мама и папа — самые преданные друзья и защитники своего ребенка. Они будут биться до последнего, будут защищать своего отпрыска даже в тех ситуациях, когда он не прав. Поэтому с любой бедой, с любой проблемой подросток, в первую очередь, должен идти к своим родителям. Пусть они будут ругать за проступок, но сделают всё возможное и невозможное, чтобы вытащить своего ребенка из болота неприятностей.

Нужно стремиться к созданию между родителями и подростком *доверительных отношений*. Необходимо общаться не только на важные темы, которые к тому же часто бывают неприятными для обеих сторон. Нужно как можно чаще общаться на дружеской волне, стремиться к тому, чтобы совместное времяпровождение приносило удовольствие всем членам семьи (поход в кинотеатр, поездка на экскурсию и т. д.).

Нужно дружить с ребенком, проявлять интерес к его увлечениям, вместе обсуждать какие-то события (например, сюжет нового фильма), иногда разговаривать по душам. Благодаря дружескому общению подросток станет ценить ваше мнение и прислушиваться к вашим советам (в противовес приказам, которые очень часто воспринимаются тинейджерами крайне негативно).

Как наладить отношения с сыном подростком?

В первую очередь, отношения с сыном подростком должен наладить отец, так как мужские качества в молодом человеке может развить только мужчина. Отцу нужно постараться установить с сыном спокойные, доверительные отношения, рассказать ему, как устроен мир мужчин, как нужно вести себя, чтобы уважали окружающие, предложить помощь в случае возникновения каких-либо проблем.

Отец должен научить мальчика мужским работам по дому. Если в семье есть автомобиль или мотоцикл, стоит подготовить подростка к сдаче экзаменов на права, а также научить осуществлять ремонт транспортных средств. Для многих молодых людей перспектива водить автомобиль или мотоцикл очень заманчива, поэтому не стоит упускать такую возможность подружиться с сыном и завоевать у него авторитет.

Отец своим примером показывает сыну, каким должен быть мужчина, какой должна быть мужская жизнь. Если глава семейства имеет вредные привычки, то нет ничего удивительного в том, что сын рано или поздно скопирует поведение отца.

У мамы, по-прежнему, очень важная роль – любить, заботиться и оберегать своё подросшее чадо. Мама – это эталон женского поведения. Многие молодые люди в будущем при выборе спутницы жизни возьмут за образец поведение своей матери.

Любовь и забота способны творить чудеса, им под силу спасти любую семью, исправить самые сложные отношения. Не опускайте руки в сложной ситуации, дерзайте, и у вас всё получится!

Советы психолога для родителей «трудного» подростка.

- *Не злоупотребляйте наказаниями и запретами.* Найдите причину или причины такого поведения. Помните, что к вашему ребенку нужен индивидуальный подход.
- *Усильте познавательный интерес.* Вовлекайте сына или дочь в разные виды деятельности, но держите ситуацию под постоянным контролем.
- *Разговаривайте, объясняйте,* но не ставьте условий, не требуйте сразу идеального поведения. Комплексно вводите изменения в режим дня, в общество подростка, в досуг.
- *Замечайте даже незначительные изменения в поведении,* так как сначала асоциальное поведение проявляется эпизодически, ситуативно. Позже отклонения происходят чаще, положительные качества перестают доминировать, но сохраняются. И, наконец, асоциальное поведение входит в привычку.
- *Необходимо найти сильные стороны или, лучше сказать, качества подростка и правильно их использовать, развивать, давая посильные задания. **В ребенка необходимо верить – это главное!*** Громадное значение имеет для трудного подростка испытать счастье, радость от успеха. Это величайший стимул к самосовершенствованию. Говорите с ребенком, избегайте резких выражений.

Чтобы не заводить ваши отношения с подростком в тупик,

обратите внимание на следующие советы.

- Цените их откровенность, искренне интересуйтесь проблемами.
- Общайтесь на равных, тон приказа срывает не в вашу пользу. Дайте понять, что вы понимаете их.
- Нельзя подшучивать над ними, высмеивать чувства, умаляя их значение. Постарайтесь отнестись к вашим детям с уважением, помните об их ранимости и уязвимости.
- Не раздражайтесь и не проявляйте агрессивности, будьте спокойны, сдержанны. Помните, что ваша грубость вызовет их ответную реакцию.
- Не говорите об объекте увлечения вашего ребенка пренебрежительным тоном, тем самым вы унижаете его самого.
- Ни в коем случае нельзя грубо и категорично разрывать отношения подростков, ведь они только еще учатся общаться друг с другом и чаще всего даже и не помышляют ни о чем плохом.
- Пригласите его (ее) подружку(друга) к себе, познакомьтесь – это позволит вам получить объективное, более правдоподобное, а не голословное представление о том, с кем встречается ваш ребенок. Лучше, если вы разрешите им встречаться у себя дома, чтобы им не пришлось искать случайных и сомнительных приютов для свиданий.
- Расскажите им о себе, вашей истории первой любви – это поможет вам найти взаимопонимание с ребенком.

- Если вы сумеете установить с ним дружеские отношения, вы будете иметь возможность не просто контролировать его поведение, но влиять на его поступки.
- Позвольте подростку самостоятельно разобраться в объекте своей привязанности, и если у него наступит разочарование в своих чувствах, пусть оно исходит не от вас, а от него самого. Он почувствует, что способен самостоятельно разбираться в ситуации и принимать решения.
- Помните, что, с одной стороны, подросток остро нуждается в помощи родителей, сталкиваясь с множеством проблем, а с другой – стремится оградить свой внутренний мир интимных переживаний от бесцеремонного и грубого вторжения, и он имеет на это полное право!

Проблемы "трудных" подростков, пути их предупреждения и решения.

Понятие "трудный" – очень широкое. К этой категории обычно относят детей и подростков, с которыми трудно заниматься педагогам, для которых оказываются бесполезными мудрые наставления по воспитанию, с которыми трудно найти общий язык, в том числе и родителям. В их характеристике можно написать десятка два прилагательных с приставкой "не"; невнимательный, неусидчивый, непослушный, неспособный и т.д. Неужели эти дети – какие-то злоумышленники? Ничего подобного! Они трудные потому, что им самим приходится очень нелегко в силу разных причин (медико-биологических, педагогических и психологических) им трудно учиться по общей программе, идти общим темпом, выполнять общие требования. В силу разных причин они стали не такими, как их сверстники. Кто-то отстает в физическом развитии, а кто-то набрал наоборот бешеный темп роста, кто-то очень возбудим, а до кого-то невозможно достучаться, одни задержались в умственном развитии, а другие-вундеркинды. Вариантов здесь тысячи. Есть трудные дети-больные, запущенные плохими родителями и воспитателями. Но существует и мнимая трудность-нестандартность, оригинальность ребенка. Каждый трудный ребенок труден по-своему.

В какой же период жизни формируется ребенок с признаками "трудного". Почему-то считается, что трудные дети появляются в школе, а тянется с детского сада. Многие считают, что это просто детские шалости.

Поведенческое отклонение детей формируется именно в детском возрасте. Так как этот период в жизни ребенка считается важнейшим. Еще А. С. Макаренко говорил о том, что "личность ребенка формируется к 5 годам, а после 5 лет ребенка уже трудно перевоспитывать».

Психолог Л. М. Зюбин, на вопрос: "С какого возраста могут проявляться признаки трудновоспитуемости?", отвечал: "С того момента, как он начинает подвергаться воспитательному воздействию, а точнее, осознавать его".

"Многолетняя практика воспитательной работы, исследование умственного труда и духовной жизни детей – все это приводит к убеждению, что причины, в силу которых ребенок становится трудным, неуспевающим, отстающим, в большинстве случаев кроются в воспитании, в условиях, окружающих ребенка в годы раннего детства. Родители и воспитатели дошкольника и младшего школьника имеют дело с самым тонким, самым чутким, самым нежным, что есть в природе, - детским мозгом. И если ребенок стал трудным, если все то, что посылно другим людям, ему не посылно, значит, в детстве он не получил для своего развития того, что должен получить. Трудным ребенок становится именно в этом возрасте – от года до семи-восьми лет", – утверждал В. А. Сухомлинский.

Действительно, воспитание ребенка начинается еще в эмбриональном состоянии, до его рождения. Его первыми педагогами становятся родители, затем воспитатели в детском саду и только потом – школьные учителя. К сожалению, и каждый в отдельности, и все вместе они допускают много ошибок. Но ребенок не стоит на месте в своем развитии, он идет вперед. Примерно с трехлетнего возраста у детей формируется правилосообразное поведение и нормативная деятельность. От своих родителей ребенок путем простого подражания усваивает, как нужно, что можно и чего нельзя. Трехлетний ребенок не может критически оценивать поступки, действия, отношения, интонации: ведь родители для него единственный авторитет и пример. А если этот пример сформирует у ребенка те качества, которые впоследствии приведут его к отклоняющему поведению, нарушениям в учебной, игровой и других видах деятельности.

Не застрахованы эти дети и от неудач профессиональных дошкольных и школьных педагогов. Выходит, что, еще не достигнув пресловутого подросткового возраста, дошкольник и младший школьник подвергаются негативному воздействию внешних факторов в семье, детском саду, начальной школе, вызывающих неблагополучие ребенка. А поскольку эти причины в основном педагогические то они вызывают, прежде всего, педагогическую запущенность.

Выводы многих известных педагогов и результаты современных исследований свидетельствуют о том, что истоками проступков и правонарушений несовершеннолетних являются отклонения от нормы в поведении, игровой, учебной или других видах деятельности, которые наблюдаются в дошкольном возрасте. Начало развития отклоняющего поведения обычно совпадает с началом развития правилосообразного поведения, нормативной деятельности вообще. Это примерно трехлетний возраст. Ребенок, которому не привиты навыки такого поведения, умение подчиняться требованиям соответствующей деятельности, со временем вырастают в недисциплинированного человека.

Категория "трудных" подростков весьма разнородна и обширна. От того, насколько вовремя они выявлены и насколько адекватна помощь, предлагаемая подростку, зависит его психологическое благополучие в будущем. У значительной части подростков "трудности" являются следствием их притязаний на взрослость, превратного осознания своих прав, стремления добиться их признания со стороны взрослых.

Дети подросткового возраста наиболее зависимы от микросреды складывающейся в отношениях, в которой формируется личность, является семья.

Семья уникальная психологическая ячейка. Чувства, на которых она стоит, рождают в душе способность дорожить близкими как собой, а их интересами – как собственными. Поэтому семья может быть мощным источником гуманизма. В быту, в личной жизни она способна давать людям то, что в обществе дают высшие идеалы и принципы жизненного устройства, открытые человечеством.

Но для семей, где воспитываются подростки – правонарушители, типичен постоянный разлад между родителями (пьянство, ругань, ссоры, драки).

Неблагоприятные взаимоотношения в семье, отрицательный пример родителей: равнодушие к людям, лицемерие, грубость, нечестность, тунеядство, алкоголизм, преступления совершаемые взрослыми членами семьи создают ту неблагоприятную микросреду, которая является одной из важнейших причин трудновоспитуемости подростков.

Положение подростков в таких семьях исключительно тяжелое. Личность ребенка здесь постоянно ущемляется. Характерно, что в этих семьях основным методом наказания подростков, дополняющим оскорбления, брань, и угрозы, являются телесные наказания. Неслучайно побеги, хулиганство, грубость подростков возникают как своеобразная форма самозащиты от посягательства на их личность. В основном, в семьях просто не умеют правильно воспитывать детей из-за низкого культурного уровня, или не могут из-за целого ряда причин, где известную роль играют и такие, как занятость, болезнь и пр.

Анализ отношения “трудных” детей с окружающей действительностью, характер их взаимоотношений с родителями, учителями, сверстниками убеждает, что лишь недостатки семейного воспитания, углубленные недостатки школьного воспитания, несогласованность позиции школы и семьи становятся ядром конфликтной ситуации, которая кладет начало нравственной деформации личности подростка.

Трудновоспитуемость сопровождается деформацией социальных связей и отчуждением подростков от основных институтов социализации: прежде всего семьи и школы, поэтому одной из важнейших задач психолого-педагогической поддержки является преодоление этого отчуждения, включение подростка в систему общественно значимых отношений, благодаря которым он может успешно усваивать позитивный социальный опыт. Решение этой задачи предполагает целый комплекс социально-педагогических мер, направленных как на оздоровление условий семейного, школьного воспитания, так и на индивидуальную психолого-педагогическую коррекцию личности трудновоспитуемого, а также мер по восстановлению его социального статуса в коллективе сверстников.

Процесс перевоспитания, как и процесс воспитания, должен строиться, прежде всего, с учетом индивидуально-психологических свойств подростка с учетом тех конкретных обстоятельств и неблагоприятных условий воспитания, которые способствовали возникновению разных асоциальных проявлений и отклонений. Поэтому весьма трудно, да, пожалуй и невозможно дать рецепт на каждый трудный случай педагогической практики, однако, анализ успешного опыта воспитательно-профилактической работы позволяет сформулировать некоторые общие принципы социально-педагогической реабилитации.

Одним из важнейших принципов является опора на положительные качества подростка. Для воспитателя недопустимо категорическое осуждение “трудного”, высказывание окончательных мрачных прогнозов типа “из такого-то все равно толку не будет” или “он законченный преступник”, “он все равно кончит в тюрьме” и т.д. Умение видеть положительное в поведении “трудного”, умение опираться и развивать это хорошее – важнейшее условие успешной социально-педагогической реабилитации.

Не менее важным является формирование будущих жизненных устремлений подростка, связанных прежде всего с профессиональной ориентацией, с выбором будущей профессии. Трудновоспитуемые, социально и педагогически запущенные учащиеся, имея хроническую неуспеваемость по школьным предметам, часто отчаиваются, перестают верить в свои силы, не видят своего будущего, живут одним днем, сиюминутными развлечениями и удовольствиями, часто создают весьма серьезные предпосылки для криминализации и десоциализации личности подростка. Поэтому нужно, чтобы ребята, которые по разным причинам не могут успевать хорошо, не теряли веру в то, что они вырастут полезными гражданами общества, необходимо помочь им в выборе профессии в соответствии с их возможностями, склонностями, уровнем имеющихся знаний.

Индивидуально-психологические исследования предполагают выявление как слабых так и сильных сторон личности трудновоспитуемых подростков, которые с одной стороны, требуют психолого-педагогической коррекции, а с другой – составляют здоровый психологический потенциал личности, на который можно опираться в процессе воспитания, перестроиться с учетом ценностных и референтных ориентаций подростка, его интересов и мотивации, что так же поможет выявить психодиагностическое исследование.

Хотелось бы предложить следующие рекомендации для родителей трудновоспитуемых подростков (Р. В. Овчарова):

- Отнеситесь к проблеме “трудного” ребенка, прежде всего с позиции понимания трудностей самого ребенка.

Не забывайте, что ребенок в какой-то степени наше отражение. Не уяснив причин его трудности, не устранив их, мы не сможем помочь ребенку. Поднимитесь над вашими собственными проблемами, чтобы увидеть проблемы вашего ребенка.

- К трудностям в воспитании отнеситесь по-философски. Они всегда имеют место. Не следует думать о том, что есть “легкие” дети. Воспитание ребенка – дело всегда трудное, даже при самых оптимальных условиях и возможностях.

- Остерегайтесь паники и фатализма. Они плохие спутники воспитания. Не привыкайте раздувать костер неблагополучия из искры каждой трудной ситуации. Не оценивайте своего ребенка плохо из-за какого-то плохого проступка. Не превращайте неуспех в одном деле в полную неуспешность ребенка.

- Наконец, будьте оптимистичны! (У меня трудный ребенок, но я верю в его перспективу; у нас много проблем, но я их вижу, а правильно поставленная проблема наполовину уже решена).

Для детей и подростков, наряду с групповыми социотренингами, можно применять аутотренинги по преодолению дурных привычек, коррекции негативных социальных установок, самооценки, снятия синдрома тревожности, агрессивности, затруднений в общении, коррекции низкого социометрического статуса и других нарушений взаимоотношений со старшими, сверстниками, представителями противоположного пола.

И последнее: пожелания взрослым работающим с детьми и подростками:

- Никогда не злоупотребляйте доверием подростка. Даже самая незначительная, на наш взгляд, тайна, доверенная нам, либо доверительный разговор должны остаться между нами. Иначе нам никогда не стать в глазах наших подопечных человеком, достойным доверия и уважения.

Любому родителю неприятно слышать плохое о своих детях. Если хотим найти в родителях союзника, надо научиться не только жаловаться, но и хвалить их ребенка, уметь видеть в каждом трудновоспитуемом, “испорченном” подростке хорошие стороны.