

Правила поведения с подростками: особенности переходного возраста Родительский авторитет

Вы перестали понимать ребенка, он ведет себя не так как раньше, иногда вызывая, прежние методы воспитания и обучения уже не действуют, у него на все свое мнение, которое уже не совпадает с Вашим... Это значит, что ребенок превратился в подростка.

Подростковый возраст - период развития детей от 11 до 15 лет.

Признаки подросткового возраста:

- Рост тела, гормональные перестройка, половое созревание;
- Частая смена настроения;
- Важна внешность;
- Снижается интерес к учебе;
- Расширяют границы допустимого (все хотят попробовать, поэтому нарушают правила, охотно идут на риск);
- Недоценивают значения взрослых в своей жизни;
- Важно общение со сверстниками, интересны «чужие» люди;
- Склонны к групповому «заражению» (делать то же, что сверстники);
- Стремление к взрослости.

Если Вы хотите сохранить хорошие отношения с подростком важно: исключить нотации и длинные предложения в общении с ним; избегать чрезмерной критики; предъявлять аргументированные требования; отказаться от насилия; оказывать поддержку, выражать понимание, подбадривать.

Полезные фразы в общении с подростком: «Давай поговорим»; «Что думаешь об этом?»; «Что будет, если ты это сделаешь?»; «Мне интересно твое мнение»; «Спасибо, что ты мне доверяешь»; «Я сохраню твою тайну и ни с кем не буду это обсуждать».

Как помочь подростку справиться с кризисом взросления

1. Создайте и поддерживайте с подростком теплые, доверительные отношения. Принимайте Вашего подростка таким, какой он есть. Важно, чтобы подросток каждый день получал знаки вашей любви и принятия в виде ласковых поощрительных слов, объятий. Избегайте в общении с подростком иронии, бестактных замечаний.
2. Будьте терпеливы и терпимы, общаясь с подростком. Измените стиль общения, перейдите на спокойный, вежливый тон и откажитесь от категорических оценок и

- суждений, чаще договаривайтесь, аргументируйте свое мнение, идите на компромисс.
3. Интересуйтесь мнением подростка, постарайтесь взглянуть на мир его глазами, попытайтесь найти с подростком общий язык.
 4. Дайте возможность подростку почувствовать себя полноправным членом семьи с мнением, которого считаются.
 5. Формируйте привычку и потребность разговаривать с родителями «по душам», доверять секреты. Никогда не используйте откровенность подростка против него, не спешите с оценками и советами, умеете терпеливо и безоценочно выслушать и посочувствовать.
 6. Будьте готовы пересмотреть и обсудить с подростком ограничения и запреты, которых вы придерживались раньше, предоставьте ему больше самостоятельности.
 7. Проявите интерес, заинтересуйтесь увлечениями вашего подростка, постарайтесь найти в них что-то интересное для себя. Не критикуйте, не игнорируйте и не высмеивайте непонятные вам увлечения подростка.
 8. Планируйте и проводите совместный досуг.
 9. С уважением и интересом отзывайтесь о друзьях подростка, не критикуйте их, предоставьте возможность подростку приглашать своих друзей в гости, это даст вам возможность узнать больше о круге общения вашего ребенка. Чаще разговаривайте с подростком о его друзьях.
 10. Искренне интересуйтесь переживаниями и проблемами подростка.
 11. Научите подростка самостоятельно решать возникающие проблемы, а не игнорировать их.
 12. Формируйте привычку ставить цели, планировать свои действия для достижения поставленных целей.
 13. Предоставьте возможность подростку самостоятельно оформить собственное пространство (комнату), выбрать стиль одежды. При необходимости помогите подростку в поисках собственного стиля в одежде, причёске и т.д.
 14. Уважайте личное пространство подростка, стучите, входя в его комнату, не заглядывайте в его дневники, предоставьте возможность подростку самому контролировать порядок в своей комнате, так как ему удобно.
 15. Делитесь своими переживаниями с подростком, обращайтесь к нему за помощью и советом, говорите о том, как важна для вас его поддержка.

16. Будьте для подростка примером достойным подражания. Будьте другом для своего взрослеющего ребенка.
17. Общаясь с подростком, чаще вспоминайте себя в этом возрасте, возможно, вам станут понятнее его переживания и поступки.

Родительский авторитет

Родительский авторитет – это важная составляющая успешности воспитания детей в семье, он является одним из сильнейших воспитательных факторов. **Родительский авторитет – это важность для детей слов, замечаний и просьб взрослых.**

Слагаемые родительского авторитета

- *Личный пример.* Если я хочу видеть определенные качества в ребенке, я должен развивать их в себе.
- *Безусловная любовь к ребенку.* Любят не за что-то, а вопреки всему.
- *Уважительное отношение к ребенку.*
- *Требовательное отношение к себе.* Самодисциплина. Ответственность. Обязательность. У взрослых не должно быть расхождения между словом и делом.
- *Требовательное отношение к ребенку.* Выставление границ дозволенного, четкое обозначение правил поведения.
- *Поддержка ребенка.* Оказание помощи, ободрение ребенка.
- *Эмоциональная близость с ребенком.* Важно создавать эмоционально положительную атмосферу в семье, соблюдать такт в отношениях с детьми.
- *Доверительные отношения.* Доверительные отношения между взрослыми и детьми устанавливаются и в тех случаях, когда родители умеют признаться в своих ошибках.
- *Совместный досуг.* Разнообразные совместные занятия, игры, выезды на природу и т.д.
- *Терпение.* Важно проявлять терпение и такт, отвечая на детские вопросы.

Что подрывает родительский авторитет?

- ложь и несдержанные обещания;
- расхождение между теорией и практикой (говорю одно – делаю другое);
- игнорирование потребностей ребенка;
- гиперопека;
- нецензурная речь, ругательства;
- частые наказания;
- отсутствие похвалы, поддержки;
- насмешки и унижение.