

Советы родителям подростков

Подростковый возраст – трудный, кризисный. В общем ясно, а в частности? В частности выясняется, что трудный он в первую очередь для самих подростков. Трудности эти заключаются и в том, что это период бурного полового развития, трудности заключаются также и в социальном взаимодействии. Подростки находятся в двойственном положении. Они еще не взрослые, но уже не дети. Ведущей деятельностью подростков является общение со сверстниками. В коллективе одноклассников, в компании друзей, дворовых приятелей, они все больше и больше говорят о взрослой жизни. Они хотят во всем походить на взрослых юношей и девушек, особенно ярко это выражается во внешности. Естественно меняется их поведение, связанное с переоценкой ценностей. Взрослые всю жизнь учили их быть вежливыми, честными, порядочными людьми. Однако сейчас они понимают, что взрослые сами несовершенно. Поэтому они так бурно реагируют на любую фальшь со стороны взрослых людей. Подростки – это правдоискатели. И чтобы найти подход к подростку, чтобы сделать отношения с подростком доверительными, требуется учитывать массу деталей. Главное для родителей – это выйти на уровень сотрудничества с подростком, хотя многие из родителей к этому не готовы. Важно отдавать себе отчет в том, что ребенок взрослеет, и этот процесс не остановить и не изменить. Нужно помочь ребенку стать взрослым. Сделать этот процесс наименее болезненным для него. Особенностью подросткового возраста является увлеченность. Они с охотой берутся за одно дело и не доводят его до конца, тут же находя себе замену, и опять бросают. Этот жизненный поиск, поиск интересного дела не что иное, как желание добиться в успеха. Быть хоть немного лучше в чем-то, чем другие.

Станет ли подросток трудным, во многом зависит от того, какая у вас семья. Мы очень часто относимся к своим детям отчужденно безразлично. С работы мы несем домой свои проблемы, обсуждаем самодуров-начальников или «бестолковых» сослуживцев. Порой мы сами забываем или не хотим спросить у ребенка как он себя чувствует, что его беспокоит. А если и спрашиваем, то часто не готовы услышать правду, начинаем осуждать его. Многие родители вообще отказываются доверять ребенку, провоцируя при этом ложь. Некоторые родители часто прикрикивают на своего ребенка, а потом начинают удивляться его ответной реакции, да еще с удвоенной силой. Почему? Потому что накопилось. Подумайте, какие эмоции накапливает ваш ребенок больше, положительные или отрицательные? Потому что разрядка рано или поздно обязательно случится. Подумайте, часто ли вы говорите своему ребенку что он не такой каким ему нужно быть, что другие лучше. И если часто – то ребенок психологически отдалится от вас, так как каждому из нас хочется признания, уважения и любви. Ребенок будет искать ее в компании друзей больше, чем рядом с вами. Задумайтесь, чего вы хотели от родителей, будучи в подростковом возрасте, возможно вы найдете сами для себя хороший совет по поводу общения с ребенком – подростком.

Акцентуации характера.

Подростковый возраст – это время становления характера человека. И очень важно при этом не надломить человека. У подростков очень часто в поведении возникают отклонения, которые выражаются в акцентуациях характера. Акцентуации характера – это чрезмерная выраженность отдельных черт характера и их сочетаний, представляющих крайние варианты нормы, граничащие с психопатиями.

Выделяют 10 типов (Леонгард-Шмишек) акцентуаций характера.

1. Гипертимный тип – ярко выражены такие черты характера как веселость, поверхностность, деловитость, болтливость, склонность к чревоугодию. Несколько повышена самооценка

2. Возбудимый тип – недостаточно управляемы, зачастую грубы, гневливы, вспыльчивы, раздражительны, импульсивны, чрезмерно самостоятельны, склонны к лидерству.

Рекомендации: таких детей по возможности нужно ставить в положение лидеров в каких-то делах. Им полезно создавать соревновательные ситуации. Такие дети любят походы, занятия спортом. Данные черты характера можно использовать для самовоспитания нравственных качеств.

3. Застревающий тип. Основной чертой является склонность к аффектам (правдолюбие, обидчивость, ревность). Характерна повышенная самооценка, самонадеянность, заносчивость, жесткость установок и взглядов.

Рекомендации: следует обучать пониманию и уважению других точек зрения, гибкости в подходе к своим и чужим эмоциям. Следует прививать философский взгляд на мир, ориентировать на дела, в которых они могут достигать успеха.

4. Тревожный тип. Боязливы, робкие, пугливые, покорные, неуверенные в себе, постоянно сомневающиеся.

5. Дистимичный тип. Серьезность, подавленность, медлительность, неповоротливость, нерешительность, слабость волевых усилий.

Рекомендации: главное – повышение уверенности в себе. Хвалить за малейшее продвижение в деле, не допускать излишней критики. Уверенность в себе появляется при накоплении маленьких успехов. Вокруг должна царить добрая атмосфера. Лучше не вовлекать в ситуации соревнования и публичные выступления. Желательно увлечь туризмом и спортом – они развивают мужество и веру в свои силы.

6. Эмотивный тип. Характерны эмоциональность, чувствительность, тревожность, болтливость, гуманность, мягкосердечность, впечатлительность. Любые жизненные события воспринимаются серьезнее, чем у других людей.

7. Циклотимный тип. Чередование жизненной активности и жизненного спада. Радостные события вызывают жажду деятельности, повышенную говорливость, скачку идей, печальные – подавленность, замедленность реакций и мышления.

8. Экзальтированный тип. Порывистость психики, страстность, полярность чувств – любовь и ненависть, восторг и отчаяние, самая сильная любовь возникает в тех случаях, когда нет взаимности, восторженность.

Рекомендации: необходимо выработать более трезвый и уверенный взгляд на мир, так как они склонны к преувеличению в оценке событий. Энергию эмоций нужно направлять на практические дела, полезны дыхательные упражнения и работа руками.

9. Педантичный тип. Эти дети тяжелые на подъем, нерешительны, скрупулезны, любят порядок во всем, робкие, добросовестные, жестко следуют плану и при этом раздражительны.

Рекомендации: самые надежные на работе. Однако таким людям мешает боязнь сделать все не так. Следует заранее сообщать планы, чтобы они смогли спокойно подготовиться. Лучше давать задания для индивидуального исполнения при этом четко проговаривать инструкцию.

10. Демонстративность. Живые, подвижные, играют свою роль, фантазеры, притворцы, авантюристы. Обладают артистизмом, потребностью в признании, легко меняют настроение, завышена самооценка.

Рекомендации: давать возможность удовлетворять потребность в признании, хвалить за успех. В то же время нужно учить ценить успехи других ребят, хвалить их. Их важно ориентировать не сравнение с другим, а самим собой.

Рекомендации родителям подростков:

- Откажитесь от расхожего мнения «мы были лучше», а «они совсем испортились». Наши дети просто другие. Они выросли в других условиях, в другой стране, с другим друзьями.
- Следует отказаться на воспитание ребенка как на процесс манипулирования ребенком, управления его поведением. Переходите на общение с ребенком в форме сотрудничества. Научитесь видеть не только ошибки ребенка, но и признавать свои.
- Откажитесь от убеждения в том, что вам все понятно и в себе и в ребенке. Мы видим только поступки и действия. Но подлинные мотивы и побуждения нам неизвестны. Поэтому почаще спрашивайте ребенка – почему, зачем ты это сделал?
- Откажитесь от такого стереотипа, что ребенок готовится к жизни. Он живет сегодня, он живет сейчас. И это его жизнь. Позвольте ему повзрослеть. Позвольте совершать ему свои собственные ошибки.
- Относитесь серьезнее к словесной педагогике. Как часто мы слышим: «Зачем я буду ему это объяснять – он обязан слушать и делать так как я велю». Но ребенок должен понять, почему нужно делать так, а не иначе.
- Относитесь к ребенку с уважением. Ведь каждому из нас нужны огромные «порции» уважения и любви. Тем самым вы облегчите ему этот самый трудный период в его жизни.