

## Рекомендации родителям по преодолению кризисных ситуаций во взаимоотношениях с детьми

Подростковый возраст – это один из важнейших жизненных периодов человека, когда формируется способность к сознательному руководству собственным поведением. Именно в этот период происходит образование структуры собственной иерархии, собственных ценностей.

В подростковом возрасте изменения личности ребенка могут происходить резко, критически и могут происходить постепенно. И по тому, как ребенок пройдет этот непростой период, с каким багажом ценностей и навыков он оттуда выйдет, в полной мере зависит от родителей, то есть от вас.

В подростковом возрасте на первый план выходит общение, и от того, каким молодой человек или девушка будет в своей группе – уверенным, активным, умеющим гасить конфликты или изгоем, – зависит будущая успешность вашего ребенка.

Поэтому, если вы – родители подростка, то надо скорректировать методы общения с собственным отпрыском.

1. Основная особенность подросткового возраста – это резкие гормональные и функциональные изменения в организме, что не может не отражаться на его психике. Соответственно, стиль общения с подростком должен отличаться от стиля общения с младшим школьником. Перестраивайтесь.
2. В этом возрасте подростки обычно эмоционально неустойчивы и ранимы. Поэтому следите за тем, КАК вы разговариваете, не в меньшей степени, чем ЧТО вы говорите.
3. Монологи надо оставить в прошлом. Что успели внушить, то успели. Теперь только разговор на равных. Привыкайте к диалогу.
4. Больше интересуйтесь мнением подростка по поводу вашего бытия. Спрашивайте почаще о будущих серьезных покупках, о планировании расходов, о предстоящем ремонте. Обязательно прислушивайтесь к его рекомендациям.
5. В подростковый период ведущей деятельностью становится общение. На первый план выходит то впечатление, какое подросток производит на сверстников. Никогда не критикуйте его в присутствии друзей, не рассказывайте истории про то, как он был маленьким и делал глупости. Это может оказаться болезненным и лишить вас его доверия.
6. Особая оценочная категория у подростков – то, что на их сленге называется «продвинутые предки». Чаще всего под этим подразумевается всего 2 вещи:
  - родители не читают нотаций
  - родители понимают их культуру (мода, одежда и т. д.).Дело в том, что в подростковом возрасте мнение сверстников для ребенка намного важнее, чем мнение взрослых. Именно мнение сверстников влияет на подростковую самооценку. И по этой причине подростки не могут не учитывать молодежных течений как в увлечениях, так и в одежде. Потратьте пару часов времени и узнайте, кто сейчас у молодежи пользуется успехом. Предложив послушать что-то менее радикальное, предлагайте ему альтернативу в его системе координат, а не в своей.
7. Почаще спрашивайте мнение подростка «о жизни вообще». Дети в этом возрасте социально активны, им всегда хочется поделиться своим мнением с

кем-то. Будьте благодарным слушателем! Задавайте вопросы из серии: «а почему ты так считаешь», «а как ты думаешь».

8. Спорьте! Ваш отпрыск назвал Познера «занудой», а вы не согласны? Отстаивайте свою точку зрения, но деликатно. Политика соглашательства напоминает равнодушие. Ребенок должен чувствовать: его мнение вам интересно не только на бытовом, но и на глобальном уровне.

9. В 14–20 лет хочется изменить мир. Если у вас этот случай – радуйтесь! Ваш ребенок имеет доброе сердце. Только избегайте насмешек! Одна неверная интонация – и вход в его внутренний мир вам будет закрыт. Поддерживайте его стремление вступить в молодежные организации. Главное, чтобы организация не носила экстремистский или другой негативный характер.

10. Хвалите почаще. Наверняка есть за что. «Что бы я без тебя делал», «Спасибо, что помог», «Молодец» – такие простые фразы, но как они важны для подростка!