

Переходный возраст: ошибки родителей в общении с подростком

Родители подростков часто либо пропускают стадию взросления ребёнка, либо оказываются в ситуации, когда нет сил осознать, что переходный возраст начался именно сейчас и стремительно развивается. Некоторые просто отказываются в это верить.

Но это время — одно из самых важных в жизни ребенка и всей семьи. Надо вовремя понять, что ребёнок вступил в пубертатный период, и этому недовольному и агрессивному человеку нужна поддержка и любовь родителей, что бы он ни говорил. Какие же ошибки совершают родители, общаясь со своим взрослеющим ребёнком?



Ошибка 1: мы обижаемся

Первая реакция на невнимание, замкнутость, бесполезные, с вашей точки зрения, дела ребенка — обида. Но спросите себя: а принимаете ли вы ребенка таким, каким он стал? Постарайтесь если не понять, то хотя бы принять новые интересы подростка: в поисках себя проще всего обратить внимание на самое яркое и необычное. Увлечения проходят, а отношения, основанные на доверии, поддержке и принятии, остаются на годы.

Со своей реакцией на подростковую отгороженность легче справиться, если не принимать её только на свой счет.

Ошибка 2: пытаемся навязать свой авторитет

«Я ничего для него не значу» — это чувство приходит следом за обидой. Некоторые в такой ситуации пытаются вести себя подчеркнуто авторитарно: «Потому что я так сказала!». Так мы пытаемся уменьшить свое беспокойство за ребенка. Ведь если он никому не подчиняется, вероятность, что он ввяжется во что-то опасное, растет. Но стратегия эта провальная: сегодня подросток из страха быть наказанным согласится с вами, а в следующий раз вы даже не узнаете, что он собирается влезть в какую-то авантюру.

На самом деле подросток чувствует, что взрослый и главный тут вы, и это ощущение для него бывает невыносимо. Он начинает пробовать на прочность себя и

окружающих. Подросток меряется с вами силами, чтобы однажды ощутить себя вправе войти в мир взрослых и быть с вами на равных. Поступая авторитарно, вы символически отбираете у него пропуск в будущую взрослую жизнь и возможность занять в ней достойное место.

Лучшее, что вы тут можете сделать для поддержания авторитета, — жить собственной интересной жизнью и помнить, что настоящий взрослый — это пример терпения, ответственности, доброжелательности. Ваша собственная устойчивость увеличит доверие подростка, послужит гарантией, что в критической ситуации он придет именно к вам.

Ошибка 3: принимаем за него решения

Несмотря на то, что подросток почти обогнал вас в росте и физической силе, у него действительно еще нет вашего опыта и меры ответственности. Нет базовых социальных навыков, зато есть отчаянная смелость. Родителям хочется начать стелить соломку везде, где это только возможно. Но чем чаще вы будете принимать решения за ребенка, апеллируя к его незрелому возрасту, тем больше вероятность, что он войдет во взрослую жизнь несамостоятельным и зависимым.

Основы критического мышления закладываются именно в подростковом возрасте: возьмите этот факт себе на вооружение и пробуйте разговаривать, обсуждать, дискутировать, спрашивать мнение подростка и мягко направлять его в случае ярко выраженной опасности. Дайте ему также возможность совершать некоторые ошибки.

Ошибка 4: подрываем доверие

Когда у подростка появляются секреты, он вдруг начинает заводить странные, с вашей точки зрения, знакомства. Мы сходим с ума от беспокойства. Чтобы справиться с тревогой, родители нередко начинают рыться в вещах ребенка, взламывать аккаунты в социальных сетях и читать личную переписку. Но как только ребенок почувствует малейшие намеки на нарушение его личного пространства, он сделает все, чтобы закрыться еще больше и еще надежнее.

Единственный способ реально увеличить свое влияние — заранее создать почву для доверительных отношений. Постарайтесь не словами, а действиями дать понять, что в любой ситуации ребенок может прийти к вам и обсудить трудности. Доверяйте тому, что он вам рассказывает, принимайте его любимым, и тогда он меньше будет от вас скрывать.

Ошибка 5: относимся свысока к его интересам

Активное отрицание полученного в прошлом опыта необходимо ребенку, чтобы, напробовавшись других увлечений, сформировать собственный опыт, а не навязанный извне. Не критикуйте вкусы и увлечения подростка, а поощряйте то, что не несет за собой явной психологической и физической опасности. Постарайтесь поддержать и понять, что же он в них нашел, какие свои потребности удовлетворяет ребенок. Конечно, иногда не обойтись без ограничений, но лучше, если это будет крайней мерой, которую вы к тому же доходчиво объяснить.

И последнее: признайтесь, ведь некоторые увлечения подростка — это то, что вы всегда хотели, но никак не решались попробовать. Попробуйте реализовать собственное творческое начало. Тем более что этим вы ребенка очень поддержите.

Ошибка 6: обесцениваем его чувства

В переходном возрасте быстро меняются эмоции и увлечения. Эмоциональная нестабильность настолько сильна, что подростки реагируют на какие-то ситуации непредсказуемым образом. Нередко родители теряются, ставят на поведение подростка штамп «блажь» и реагируют на него как на блажь.

Тут стоит помнить, что для успешного преодоления подросткового кризиса ребенок очень нуждается в вашей поддержке. Когда подросток увидит, что вы воспринимаете его всерьез, он станет относиться так же серьезно и к себе самому.

5 способов наладить общение

Верить в него. Наверняка вы достаточно вложили в ребенка до момента достижения им переходного возраста. Вера в него — это одновременно вера в свою родительскую компетентность. Одна только вера дает удивительные результаты: если вы в глубине души знаете, что он справится, он наверняка справится.

Дать разумную свободу. Баланс между контролем и вседозволенностью очень важен, ведь у подростка пока нет навыков определять грани допустимого. Оставьте ребенку выбор секции или вуза, но установите некие правила поведения: например, приходить не позднее установленного времени и не грубить. Ваши границы — то, обо что он будет ударяться в попытках создать свою собственную личность, и это придаст ему спокойствия и уверенности.

Уважать. Корректно обсуждайте вкусы и симпатии, но оставляйте ребенку право на собственное мнение и выбор. Уважение должно касаться как личного пространства подростка, так и внешнего вида, хобби, компании и проявлений чувств. Разумеется, если

речь не идет о чем-то потенциально опасном. В любом случае даже такие вещи стоит обсуждать терпеливо и деликатно.

Поддерживать. Вполне возможно, что, не видя конкретной цели, подросток решит бросить начатое. Ваша внимательность к мелочам и поддержка любых, даже самых незначительных успехов и побед поможет не останавливаться. Эти мелочи станут отправными точками для продолжения, научат получать удовольствие от процесса, создадут дополнительную мотивацию в виде соревновательного духа.

Реально оценивать опасность. Не драматизируйте. Не всегда ночевка у друга — это молодежная вечеринка, а подготовка к экзаменам с подружкой — это просто подготовка к экзаменам.

Подборка материала:
педагог-психолог Семёнова Юлия
по материалам сети Интернет

