

10 советов родителям подростков.

Как известно, подростковый возраст – один из самых трудных периодов как для самого ребенка, так и для его родителей. У некоторых детей связанные с этим кризисным возрастом проблемы начинаются раньше, у других – позже, но все вынуждены пройти данное испытание. В подростковый период следует быть особенно внимательными к взрослому человеку и к выбору методов его воспитания.

1. В подростковом возрасте дети начинают оценивать жизнь своих родителей.

Подростки, особенно девочки, обсуждают поведение, поступки, внешний вид мам и пап, учителей, знакомых, и постоянно сравнивают. В какой-то момент результат этого сопоставления скажется на Ваших отношениях с сыном или дочерью. Он может быть для Вас как приятным, так и не приятным. Так что, если не хотите ударить в грязь лицом, начинайте готовиться к этой оценке как можно раньше.

2. Главное в Ваших взаимоотношениях с ребенком – взаимопонимание.

Чтобы его установить, Вы должны проявлять инициативу и не таить обид. Не следует, как идти на поводу у сиюминутных желаний ребенка, так и всегда противиться им. Но если Вы не можете, или не считаете нужным выполнить желание сына или дочери, нужно объяснить – почему. И вообще, больше разговаривайте со своими детьми, рассказывайте о своей работе, обсуждайте с ними их дела, игрушечные или учебные, знайте их интересы и заботы, друзей и учителей. Дети должны чувствовать, что Вы их любите, что в любой ситуации они могут рассчитывать на Ваш совет и помощь, и не бояться насмешки или пренебрежения. Поддерживайте уверенность детей в себе, в своих силах, в том, что даже при определенных недостатках (которые есть у каждого) у них есть свои неоспоримые достоинства. Стратегия родителей – сформировать у ребенка позицию уверенности: «Все зависит от меня, во мне – причина неудач или успехов. Я могу добиться многого и все изменить, если изменю себя».

В воспитательном процессе недопустима конфронтация, борьба воспитателя с воспитанником, противопоставление сил и позиций. Только сотрудничество, терпение и заинтересованное участие воспитателя в судьбе воспитанника дают положительные результаты.

3. Удивляйте – запомнится!

Тот, кто производит неожиданное и сильное впечатление, становится интересным и авторитетным.

Что привлекает ребенка во взрослом? Сила – но не насилие. Знания – вспомните, например, известные «почему?» у малышей. На какую их долю Вы сумели понятно и полно ответить? Ум – именно в подростковом возрасте появляется возможность его оценить. Привлекают также умения – папа умеет кататься на лыжах, чинить телевизор, водить машину, а мама рисует, готовит вкусные пирожки, рассказывает сказки... Внешний вид – его в большей мере ценят девочки.

Жизнь родителей, их привычки, взгляды оказывают гораздо большее влияние на ребенка, чем долгие нравоучительные беседы. Немаловажное значение для подростков имеют и Ваши доходы. Если Вы в этой области конкурентоспособны, подумайте заранее, что Вы можете положить на другую чашу весов, когда Ваш подросший ребенок поставит Вас перед этой проблемой.

4. Вы хотите, чтобы Ваш ребенок был крепким и здоровым?

Тогда научитесь сами и научите его основам знаний о своем организме, о способах сохранения и укрепления здоровья.

Это вовсе не означает, что Вы должны освоить арсенал врача и назначение различных лекарств. Лекарства – это лишь «скорая помощь» в тех случаях, когда организм не справляется сам. Еще Тиссо утверждал: «Движение как таковое может по своему действию заменить все лекарства, но все лечебные средства мира не в состоянии заменить действие движения».

Главное – научить организм справляться с нагрузками, прежде всего физическими, потому, что они тренируют не только мышцы, но и все жизненно важные системы. Это труд немалый и регулярный, но за то и дается человеку «чувство мышечной радости», как назвал это ощущение почти сто лет назад великий врач и педагог П.Ф. Лесгафт. Конечно, физические и любые другие нагрузки должны соответствовать возрастным возможностям ребенка.

Кстати, только физические упражнения, в том числе и на уроках физкультуры, могут смягчить вред от многочасового сидения за партой. Так что не спешите освобождать ребенка от физкультуры. Это не принесет ему даже временного облегчения в напряженной школьной жизни. Даже если у него есть хроническое заболевание, ему необходимо заниматься физкультурой, только по специальной программе.

И совершенно необходимо, чтобы ребенок понимал: счастья без здоровья не бывает.

5. Сколько времени в неделю Вы проводите со своими детьми?

По данным социологических опросов, большинство взрослых в среднем посвящают детям не более 1,5 часа в неделю! Как в этот краткий промежуток вместить разговоры по душам, походы в театр и на природу, чтение книг и другие общие дела?

Конечно это не вина, а беда большинства родителей, которые вынуждены проводить на работе весь день, чтобы наполнить бюджет семьи. Но дети не должны быть предоставлены сами себе. Хорошо, если есть бабушки и дедушки, способные взять на себя часть проблем воспитания. А если их нет?

Обязательно подумайте, чем будет заниматься Ваш ребенок в часы, свободные от учебы и приготовления уроков. Спортивные секции не просто займут время, а помогут укрепить здоровье и разовьют двигательные навыки и умения. Пусть у ребенка будет свобода выбора занятия, но он должен твердо знать: времени на безделье и скуку у него нет.

6. Берегите здоровье ребенка и свое, научитесь вместе с ним заниматься спортом, выезжать на отдых, ходить в походы.

Какой восторг испытывает ребенок от обычной сосиски, зажаренной на костре, от раскрошившегося кусочка черного хлеба, который нашелся в пакете после возвращения домой из леса, где Вы вместе собирали грибы.

А день, проведенный в гараже вместе с отцом, за ремонтом автомобиля, покажется мальчишке праздником более важным, чем катание в парке на самом «крутом» аттракционе. Только не пропустите момент, пока это ребенку интересно.

То же самое касается и привычки к домашним делам. Маленькому интересно самому мыть посуду, чистить картошку, печь с мамой пирог. И это тоже возможность разговаривать, рассказывать, слушать. Пропустили этот момент – «уберегли» ребенка, чтобы не пачкал руки, все – помощника лишили навсегда.

7. Желание взрослых избежать разговоров с детьми на некоторые темы приучает их к мысли, что эти темы запретные.

Уклончивая или искаженная информация вызывает у детей необоснованную тревогу. И в тоже время, не надо давать детям ту информацию, о которой они не спрашивают, с которой пока не могут справиться эмоционально, которую не готовы осмыслить.

Лучший вариант – дать простые и прямые ответы на вопросы детей. Так что и самим родителям надо всесторонне развиваться – не только в области своей специальности, но и в области политики, искусства, общей культуры, чтобы быть для детей примером нравственности, носителем человеческих достоинств и ценностей.

8. Не оберегайте подростков излишне от семейных проблем.

Подростку необходимы положительные и отрицательные эмоции. Для успешного развития ребенка полезно изредка отказывать ему в чем-то, ограничивать его желания, тем самым подготавливая к преодолению подобных ситуаций в будущем. Именно умение справляться с неприятностями помогает подростку сформироваться как личности.

Роль взрослого человека состоит, прежде всего, в том, чтобы помочь ребенку стать взрослым, то есть научить его противостоять действительности, а не убегать от нее.

Отгораживая ребенка от реального мира, пусть даже с самыми благими намерениями, родители лишают его возможности приобрести жизненный опыт, найти свой путь.

Никогда не лгите ребенку, даже если это продиктовано лучшими убеждениями и заботой о его спокойствии и благополучии. Дети, каким – то неведомым образом чувствуют ложь в любой форме. А тому, кто обманут раз – другой, доверия ждать уже не приходится.

9. Если Вы уже успели наделать ошибок в воспитании, вам будет труднее, чем в начале пути.

Но если в своем воспитаннике Вы выявите, хотя бы капельку хорошего и будете затем опираться на это хорошее в процессе воспитания, то получите ключ к его душе и достигните хороших результатов.

Такие простые и емкие советы воспитателям можно встретить в старинных педагогических руководствах. Мудрые педагоги настойчиво ищут даже в плохо воспитанном человеке те положительные качества, опираясь на которые можно добиться устойчивых успехов в формировании всех других.

10. Если вы поняли, что были не правы, пренебрегали мнением сына или дочери в каких-либо важных для них вопросах, не бойтесь признаться в этом сначала себе, а потом и ребенку.

И постарайтесь не повторять этой ошибки снова. Доверие потерять легко, а восстанавливать его долго и трудно.