

КАК ПОДГОТОВИТЬ РЕБЕНКА К ПОДРОСТКОВОМУ ПЕРИОДУ



Одни родители с волнением и даже страхом ждут переходного возраста своих детей, другие – полагаются «на авось», надеясь и веря, что «эта участь» минует их и их чадо. На самом деле, стоит заранее «заложить» прочный фундамент, чтобы всё прошло максимально гладко и спокойно.

Как подготовить ребенка к взрослению

Неуверенность, тревожность, «проверка на прочность» родительских ценностей – вот далеко не весь спектр проблем, с которым может столкнуться подросток. Как помочь ему в будущем «не сойти» с правильного пути? Подумайте об этом уже сейчас!

Проявлять любовь. Родительской любви никогда не бывает много. Она необходима, как воздух и вода. Не скупитесь на проявление своих чувств, делитесь лаской без «дозировки», вселяйте в чадо уверенность, показывая,

что верите в него. Доказано, что родительская любовь – лучшая профилактика подростковых проблем.

Выбрать правильную тактику воспитания. Помните пословицу: «что посеешь, то и пожнешь»? Родители должны правильно выбрать тактику воспитания. Практика показывает, что детям нужны определенная строгость и похвала.

Демократичный стиль воспитания, как и авторитарный, часто приводят к тому, что в подростковом возрасте дети начинают «отрываться по полной».

Если будете оказывать ребенку минимум внимания, часто ругать его, то разовьете в нем комплекс ненужности.

В то же время и гиперопека не несет ничего хорошего. Прежде всего, она забирает у ребенка шанс стать самостоятельным. Лучшее решение – «золотая середина».

Соблюдать семейные правила. Дети – очень разумные «существа», и вполне способны соблюдать правила. Более того, им нравится жить по правилам, но только когда они предельно просты, понятны и справедливы. Ребенок должен четко знать, что последует за его «выходкой», или, напротив, какую награду получит, если покажет достойный результат.

Учить тайм-менеджменту. Ваша задача – научить ребенка ценить время и разумно им распоряжаться, чтобы в его графике был и отдых, и учеба, и хобби.

Помогите правильно планировать день, ставить цели и достигать их, определять первостепенные задачи и бороться с тем, что отвлекает.

Быть проводником в окружающий мир. Показывайте ребенку окружающий мир во всей его многогранности. Вместе читайте познавательную литературу, смотрите видео, ездите в путешествия, ходите в походы. Совместная деятельность — отличная профилактика «гаджето-зависимости» в подростковом возрасте.

Создать надежный тыл. Семья должна стать надежным тылом для ребенка. В противном случае он будет искать признания в компании сверстников. И далеко не факт, что это будут хорошие компании.

Разговаривать о «сокровенном». Не делайте табу из «взрослых» тем. Разговор – вполне эффективный инструмент для профилактики подростковых проблем. Надо объяснить сыну или дочери особенности

физиологии мужчин и женщин, затронуть тему секса, беременности, противозачаточных средств.

Родителям важно создать атмосферу доверия, чтобы ребенок мог задавать свои вопросы, делиться сокровенным. Он должен знать, что в любой ситуации сможет обратиться к родителям, и они помогут найти выход.

Проявлять мудрость и завоевывать авторитет. Дети в преддверии подросткового периода рассматривают поступки родителей через «увеличительное» стекло. Задача – сделать так, чтобы ребенок хотел быть похожим на вас, чтобы ваше слово имело вес. Если будете давать «слабину», будьте уверены, что в будущем подросток будет игнорировать ваши советы и замечания.

Избегать грубого вмешательства. Оказывая эмоциональную поддержку ребенку, не спешите вмешиваться в его дела. Обычно такая тактика только ухудшает ситуацию, и в следующий раз он просто не поделится событиями из своей жизни. Ваша задача – выслушать, дать совет. А уж воспользуется ребенок им или нет – это его дело.

Меняться вместе с детьми. Чтобы в будущем не возникало острых проблем «отцов и детей», не будьте «динозаврами». Развивайтесь, меняйтесь, ставьте цели и достигайте их. Интересуйтесь веяниями молодого поколения и не спешите подвергать всё новое резкой критике.

Поддерживать формирование своего «Я». Если ребенок стремится проявлять самостоятельность, высказывает собственную точку зрения, приводя аргументы, уважайте его мнение.

Давать право на ошибку. Конечно, очень хочется уберечь чадо от разочарований, но это не что иное, как «медвежья услуга». Процесс взросления и получение жизненного опыта невозможны без совершения ошибок.

Прививать ребенку вечные ценности. Уважение к старшим, любовь, дружба, честность – вот что поможет подростку «не запутаться». Привитые родителями вечные ценности станут для него «маяком», который уберезет от многих неправильных действий и решений.

Постепенно снижать уровень контроля. Постепенно нужно «отпускать» ребенка, предоставлять ему больше свободы. Хвалите за старания, мягко и доброжелательно обсуждайте ошибки.

Приучайте ребенка выполнять какую-либо работу или делегируйте обязанности. Здесь можно действовать по такой схеме:

- ✓ показывать, как нужно делать;
- ✓ выполнять задачу вместе с ребенком;
- ✓ наблюдать со стороны;
- ✓ «отключать» контроль.

Построение прочной связи с ребенком, основанной на взаимном уважении, доверии, честности и открытости, правильные установки – вот прекрасные инструменты для преодоления подростковых проблем!

Уважаемые родители!

Вы всегда можете получить поддержку обратившись в Службу оказания услуг психолого-педагогической, методической и консультативной помощи. Консультант Службы совместно с вами найдет решение возникающих проблем. Получить бесплатную консультацию можно очно или дистанционно (по телефону или посредством письменного обращения). Для получения консультации необходимо позвонить по номеру 8 (416) 2 226 247 или на сайте родители28.амур-иро. Консультации оказываются бесплатно.