|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Весна! Дети распускаются. Если подросток "отбился от рук", значит родители что-то пропустили. |  |  |

Начало формы

Конец формы

|  |
| --- |
| **Подвыпившая компания подростков, матерясь и гогоча, стреляет сигаретки прохожих. Малолетние Ромео с Джульеттами целуются у всех на виду. Ужасные вопли, по недоразумению называющиеся музыкой, подстерегают, кажется, в каждой подворотне... Эти незатейливые картинки можно наблюдать сейчас в любом населенном пункте нашей необъятной родины. Что поделаешь, весна дарит ощущение эйфории, романтики и свободы. Весной и без того непростые подростки становятся невыносимыми!  Вчерашний примерный мальчик без объяснений пропадает из дома и, кажется, стал подворовывать деньги у папы... Девочка-отличница прогуливает школу, в дневнике толпятся тройки, а на уме - одни мальчики...  Типичная  ситуация: пришедшее за полночь чадо крепко спит, а родители ворочаются чуть не до утра: «Совсем от рук отбился! Нужно с этим что-то делать... Но что?»**  **Кто виноват?** Прежде всего, откроем страшную тайну. На самом деле, утверждают специалисты, никаких «весенних обострений» нет! Просто весной тепло, а значит больше возможностей удрать из дома без опаски отморозить уши или промочить ноги. Проблему, естественно, это не умаляет. Просто говорить о ней нужно в другом контексте, без привязки к какому-либо сезону. «Вдруг» ничего не случается! И это главное, что нужно понять. Как говорят психологи, становление подростка как личности проходит в несколько этапов. И, скорее всего, если поведение сыночка или дочери вас сильно огорчает, следует пересмотреть стиль собственного воспитания. Вероятно, вы упустили какой-то важный момент. Не заметили, когда ваш авторитет, ласка, строгость или просто внимание остро требовались ребенку... К сожалению, такого рода конфликты легко трансформируются в ситуацию «поздно пить «Боржоми». Но, как говорится, кто предупрежден, тот вооружен. Просто будьте предельно внимательными в так называемые «пиковые» этапы взросления подростка. По большому счету их всего два...  **Этап первый – 10-13 лет:** **«ОСТАВЬТЕ МЕНЯ В ПОКОЕ!»** Ребенок в этот период переживает гормональную перестройку организма. Он быстро утомляется, ему часто хочется побыть одному. Но в это же время необходимо закрепить за собой авторитет, ведь от того, как он покажет себя, зависит его «статус» в среде сверстников. Значит необходимо бывать «на людях». И что же происходит? Желание одиночества и невозможность этого приводит к конфликту в душе подростка - он капризничает, становится раздражительным, может обронить резкое словцо. Свободное время он проводит не как раньше - с родителями, а в компании друзей. Авторитет какого-нибудь Коли становится важнее, чем мнение отца.  **Типичная ошибка родителей** Многие мамы и папы, памятуя о том, как еще пару лет назад их медвежоночек был плюшевым и послушным, пытаются вернуть былую идиллию, сажая ослушника на «короткий поводок». Они заставляют его бросить компанию сверстников, навязывают свое общество и доказывают, что «Коля двоечник и хулиган», могут и накричать в порыве эмоций. Стоит ли удивляться, если «медвежоночка» после этого дома будет не сыскать, а убежденность в том, что «друг Коля» лучше папы (хотя бы потому, что во всем его понимает), только укрепится. **Что делать?** Не предпринимайте ничего! Психологи говорят: этот этап благополучно пройдет, если родители перестанут смотреть на подростка как на маленького ребенка и научатся уважать его мнение и прислушиваться к нему, перестанут делать выговоры и унижать его друзей. Неплохо в этой ситуации пригласить домой его приятелей. По крайней мере вы сможете составить о них какое-то мнение.  **Этап второй - 14-15 лет:** **«НЕ УЧИТЕ МЕНЯ ЖИТЬ!»** Гормональный фон постепенно выравнивается, но появляется переизбыток энергии, который срочно нужно куда-то девать. Подросток в этом возрасте живет по принципу «сила есть - ума не надо». Столь же прямолинейна и его логика, он делит мир только на «хорошее» и «плохое». В «хорошее» попадает то, что ему по душе - прогулы школы, курение, мат, выпивка и бесшабашные компании. Так жить весело и «стильно». Кроме того, ему кажется, что, не подчиняясь воле «предков», он «сохраняет» чувство собственного достоинства». В категорию «плохого», увы, часто попадает все, что касается скучных взрослых - любое слово родителей и учителей воспринимается в штыки. **Типичная ошибка родителей** Взрослые думают, якобы послушания можно достичь нравоучительными беседами о том, «что такое «хорошо» и что такое «плохо». Но вопреки этому подросток становится еще более неуправляемым. И тогда родители совершают непростительное: кричат и бранятся. В результате чадо уходит из семьи, начинает ненавидеть мать и отца, либо, следуя принципу «вы считаете меня плохим, и я им буду», пускается во все тяжкие. **Что делать?** Очень важно понять: перед вами почти сформировавшаяся личность. Первым этапом диалога с сыном или дочерью должен быть разговор в спокойной обстановке. Вы должны сказать, что он (она) уже не ребенок, поэтому отныне отвечать за свои поступки будет, как и любой другой взрослый. Подворовываешь деньги? Что ж, эта сумма будет вычтена из твоих карманных расходов. Не пришла к определенному часу с дискотеки - в другой раз доверия к себе не жди. Тон разговора должен быть спокойным и деловым. Уделите должное внимание тому занятию, которое больше всего по душе подростку в этот период. Быть может, он пишет стихи, любит кататься на роликах, неплохо рисует или играет в шахматы. Почему бы не начать развивать в нем эти задатки, предложив позаниматься в кружке, секции? Это отвлечет подростка от дурных дел и заставит гордиться своими успехами. И, как знать, поможет определиться с будущей профессией.  **ВНИМАНИЕ, ТОЛЬКО ВНИМАНИЕ** **Универсальные советы на каждый день** А самая главная ошибка родителей (и, к сожалению, самая типичная) - усматривать в «недопустимом» поведении повзрослевших чад исключительно злой умысел. Крайне вредное заблуждение! Знаете ли вы, что изменения во внутреннем мире подростка специалисты-психологи сравнивают... с процессами, происходившими в Европе начала XVIII - XIX веков? Тогда спокойное существование многих людей было уничтожено революциями и войнами, а место классической культуры занял бурный и страстный романтизм. Так вот подростки, по мнению ученых, - те же романтики, только страсти кипят у них в душе. Но, в отличие от писателей и художников, они не умеют рассказать о том, что творится с ними. Вот почему они бывают такими раздражительными, хамоватыми, злыми, плаксивыми, наглыми и самонадеятельными. И напрасно родители задают сакраментальные вопросы типа «почему» и «как ты мог» - подросток и сам не знает ответа. Часто все происходит помимо его собственной воли. И только родители, а не «друг Коля», способны удержать его от глупостей, не дать потеряться в этом мире. Поэтому… •  **Помните,** что дурные поступки не всегда являются отражением внутреннего мира подростка. •    **Сопереживайте,** не высмеивайте и не отталкивайте в минуты откровенности. •    **Старайтесь проводить время вместе.** Только не сидите молча у телевизора, а займитесь интересным ему делом. Например, сыграйте в баскетбол или спойте под гитару. •    **Не вмешивайтесь в занятия,** с которыми он справляется и без вас, не навязывайте свое мнение по любому вопросу, не критикуйте. •    **Помогайте,** когда он просит вас об этом. •    **Поддерживайте** даже самые ничтожные успехи во всем - в учебе, спорте и т. д. •    **Делитесь** своими чувствами. •    **Разрешайте** конфликты мирным путем. Не давайте волю слезам, крикам, угрозам. •    **Чаще используйте приветливые фразы.** Например: «Мне хорошо с тобой», «Я рада тебя видеть», «Мне нравится, как ты...», «Я по тебе соскучилась», «Давай (посидим, поделаем...) вместе», «Ты, конечно, справишься», «Как хорошо, что ты у нас есть»... •    **Обнимайтесь!** Не менее четырех, а лучше восьми раз в день. В проявлениях родительской ласки «взрослые» подростки нуждаются порой отчаяннее, чем крохотные карапузы.  **А что остается?** Да, подросшие дети - не подарки. Очень сложно порой вести себя с ними сдержанно и спокойно. Но важно помнить мудрые слова: «И это пройдет». Возьмите за правило, ложась спать, анализировать прожитый день. Мысленно отмечайте ошибки в общении с подростком, старайтесь спрогнозировать его поведение. Такая предсказуемость поможет спокойному и доброжелательному общению. Тогда, став действительно взрослым человеком, он не потеряет уверенности в том, что лучшие друзья - это родители. Ведь именно они в трудную минуту поддержали, смогли понять и принять. Наградой вам будут доверие, уважение и любовь. А это так важно, когда на пороге маячит старость...  Источник: http//:www.psihologu.info |