

Как разговаривать с подростком?



Недопустимы (даже в критических ситуациях) грубость, унижение, злость. Выражения типа "терпеть не могу", "ты меня извёл", "у меня нет сил", "ты мне надоел", повторяемые несколько раз в день (не говоря о более грубых), бессмысленны. Ребёнок просто

перестает их слышать.

1. Не разговаривайте с ребёнком между делом, раздражённо, показывая всем своим видом, что он отвлекает вас от более важных дел, чем общение с ним. Извинитесь, если не можете отвлечься, и обязательно поговорите с ним позже.
2. Если есть возможность отвлечься хотя бы на несколько минут, отложите все дела, пусть ребёнок почувствует ваше внимание, и заинтересованность.
3. Во время разговора помните, что важны тон, мимика, жесты, на них ребёнок реагирует сильнее, чем на слова. Они не должны демонстрировать недовольство, раздражение, нетерпение.
4. Поощряйте ребёнка в ходе разговора, покажите, что вам интересно и важно то, о чём он говорит.

Идеальная модель семейных отношений с ребёнком подросткового возраста:

- все члены семьи, включая ребёнка, равноправны;
- каждый может и умеет выражать словами те чувства, позитивные и негативные, которые он испытывает. Все чувства принимаются;
- родители советуются со своими детьми. Семейный совет имеет только совещательный голос. Каждый вправе принять или не принять его;
- члены семьи не дают негативные оценки друг другу, а только выслушивают друг друга, стараясь понять его чувства;
- не обобщают прошлое, неприятное;
- рассказывают о себе, о своей жизни, своих затруднениях;

- хвалят хорошие дела и поступки;
- в семье царит доверие, уважение, терпеливая любовь, внимание к миру переживания другого, происходят душевные разговоры на любые темы.

**Наличие этих моментов в семье позволяет
избегать многих кризисов подросткового возраста:**

- ребёнку не приходится бороться за самостоятельность и доказывать свою взрослость;
- ребёнку не надо грубить родителям, поскольку его научили выражать своё несогласие в приемлемой форме;
- подросток постепенно осознаёт окружающую жизнь людей, поскольку нет запретных тем для разговоров со взрослыми;
- у подростка развивается внутренний контроль за поступками и самосознание, поскольку ему не навешивают неприятных ярлыков, а позволяют как можно полнее выразить свои переживания и самому в них разобраться.
- верьте в своих детей. Цените их, постарайтесь оказывать гостеприимство людям, которых Ваши дети выбрали в друзья, даже если Вы не одобряете их выбор.