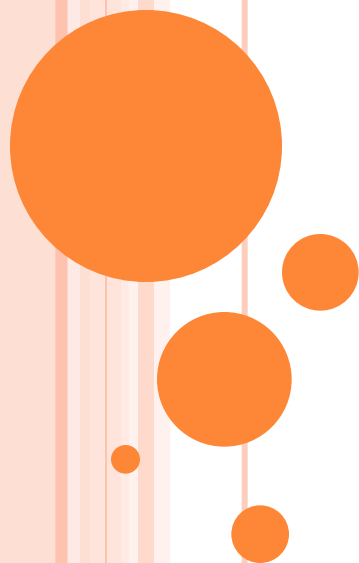


# **КАК ВЕСТИ СЕБЯ С ПОДРОСТКАМИ . СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ**



# ПРИЧИНЫ КОНФЛИКТОВ РОДИТЕЛЕЙ И ПОДРОСТКОВ

## Подростки в конфликте:

- ❑ кризис переходного возраста;
- ❑ стремление к самостоятельности и самоопределению;
- ❑ требование большей автономии во всем — от одежды до помещения;
- ❑ привычка к конфликту, воспитанная поведением взрослых в семье;

## Родители в конфликте:

- ❑ нежелание признавать, что ребенок стал взрослым;
- ❑ боязнь выпустить ребенка из гнезда, неверие в его силы;
- ❑ проецирование поведения ребенка на себя в его возрасте;
- ❑ борьба за собственную власть и авторитетность;
- ❑ неподтверждение родительских ожиданий.



# ИСКУССТВО НАУЧИТЬ СЛЫШАТЬ, ИЛИ «СЛУШАТЬ НИЧЕГО НЕ ХОЧУ!»

## □ Родители.

«Моя 15-летняя дочь совсем от рук отбилась: она вообще не реагирует, когда я прошу ее что-нибудь сделать. Делает такой вид, будто меня и нет вовсе рядом. А мне уже надоело повторять: «Сколько раз тебе говорить?!!» — все равно нет никакого ответа. «Отстань!» — и то не всегда соизволит сказать. На сегодня ее стандартные реакции на мои просьбы и вопросы таковы: «Вынеси мусор» — молчание; «Ты сделала домашнее задание?» — выходит из комнаты; Я так больше не могу!!! Что делать?»



□ Подросток. «Она думает, что я глухая или дурная! Повторяет по сто раз то, что можно сказать один раз. Ну не всегда я это выполняю, так ведь все не упомнишь. А она, нет, чтобы по порядку мне требования свои выдвигать — все сразу свалит на голову, и разбирайся, как хочешь. То ли с собакой срочно гулять, то ли домашнюю работу делать, то ли на не убранном со вчерашнего дня письменном столе убирать («Я же тебе сотый раз напоминаю»)



# СОВЕТЫ ПСИХОЛОГОВ

Самый простой способ обратить на себя внимание ребенка  
— говорить не больше, а меньше.



Будьте сами внимательным слушателем.



Говорите вежливо и... тихо.



Обратите на себя внимание перед тем, как что-то сказать.



Делайте предупреждения — установите временное ограничение: «Мне понадобится твоя помощь через две минуты»



Постарайтесь говорить кратко, мягко и точно.



# *ОТ ГРУБОСТИ К УВАЖЕНИЮ, ИЛИ «ЧТО ВЫ ПОНИМАЕТЕ?!»*

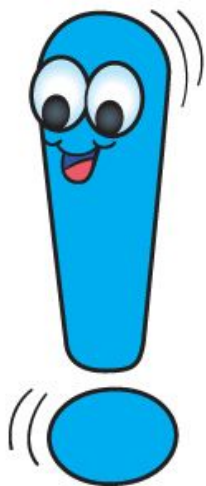


## □ Родители

«Мой Антон рос добрым и спокойным мальчиком с хорошими манерами. Но сейчас у Антона наступил так называемый «трудный» возраст. Ему 13 лет, он уже, по его словам, полностью ощущает себя взрослым, но с этой взрослостью в нем появились совершенно новые черты — он перестал слушаться, все время грубит, пререкается, что бы я ему ни сказала, о чем бы ни попросила. Я слышу только небрежно брошенные: «Ага, сейчас!», «Ты мне не указывай!», «Что ты вообще понимаешь?» и т. д. Не знаю, почему вдруг он стал таким и что теперь делать...»



- Подросток. «Как объяснить родителям, что я уже не маленький мальчик, а наконец-то становлюсь взрослым?! Хочу, чтобы со мной и разговаривали соответственно. Я уже вырос! Как мне еще разговаривать? А когда я им на равных как-то лихо отвечаю, такие скандалы с причитаниями начинаются! Так что они понимают?! Даже поговорить, как следует, не могут».



# СОВЕТЫ ПСИХОЛОГОВ



Говорите с ребенком на равных, не сюсюкайте и не подавляйте — дайте ему почувствовать свою важность.

Ребенок грубит, сразу же укажите ему на это, чтобы он всегда знал, что перешел черту.

Не стесняйтесь разъяснить ему, как правильно.

Никогда не вступайте в пререкания.

Поправляйте ребенка с глазу на глаз, а не в присутствии других взрослых или подростков.

Поощряйте уважительное, правильное поведение .



# *ВРАНЬЕ? ДА НИ В ЖИЗНЬ!, ИЛИ «НУ, СОВРАЛ...»*

## □ Родители .

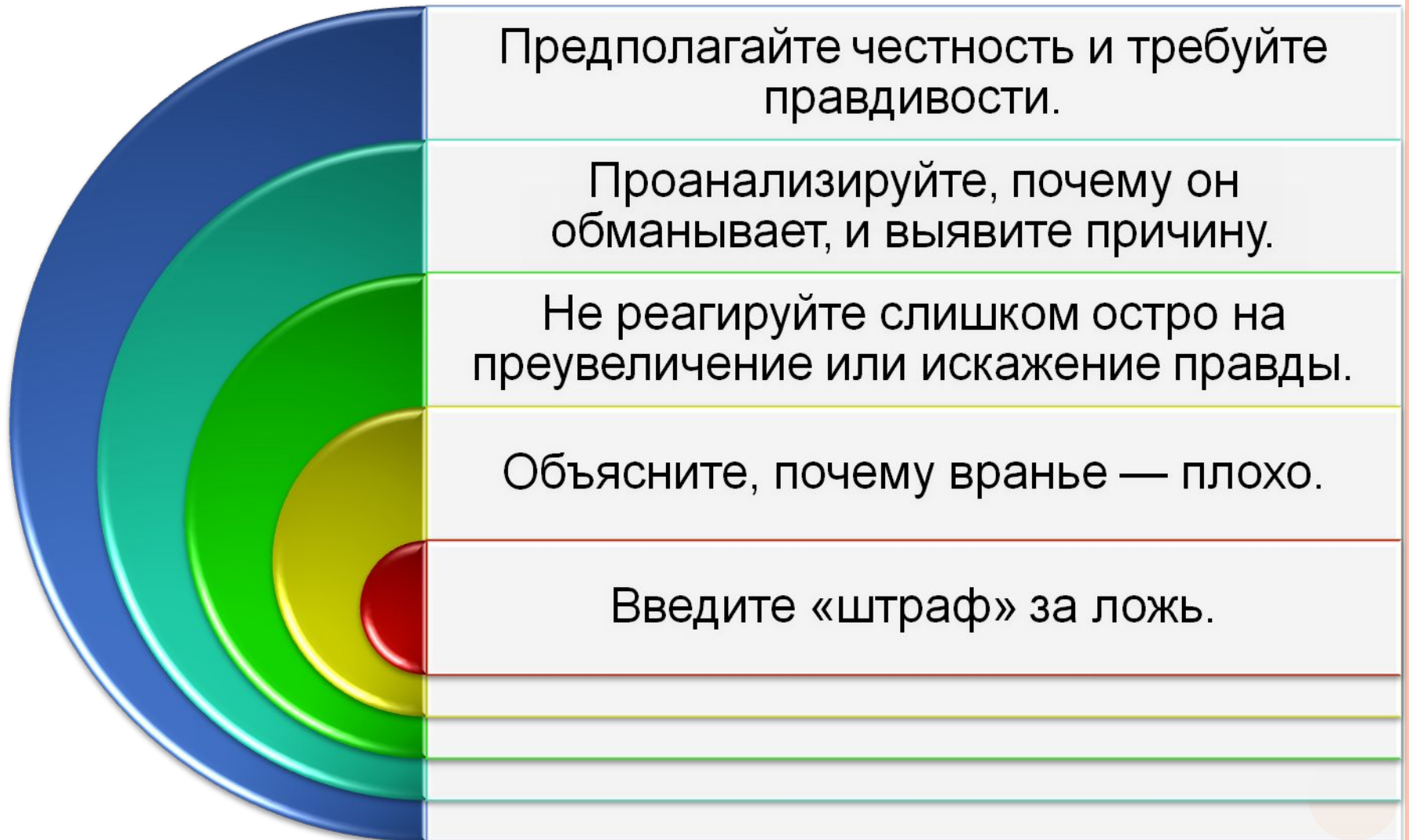
«Мой сын все время мне врет — по любому поводу, в таких ситуациях, когда этого можно было бы и не делать. Даже по мелочам, просто так. Зачем он это делает? Ведь во многих случаях вранье сразу же всплывает наружу, и он это понимает. И все равно врет! А сколько всего я еще не знаю!»



- Подросток. «Да чего возмущаться-то?! Я же никого не убиваю, не граблю, младших не обижаю. Это вон Витек из соседнего класса пакости делает. Витькина мама и думает, что он самый лучший сын, а он стольким уже подлянок наделал! Вот то — вранье, а у меня, это так... Мать-то меня и слушает обычно краем уха (не то что Витькина), только и разговоров: «Ты это сделал?», «Ты туда сходил?»»



# СОВЕТЫ ПСИХОЛОГОВ



# *ВЛАСТНОСТЬ — НЕ ПОРОК, НО СДЕРЖИВАТЬСЯ НАДО, ИЛИ «ИЛИ ПО-МОЕМУ, ИЛИ НИКАК!»*

## □ Родители.

«Наша 13-летняя дочь стала очень властной. Она командует всеми своими друзьями и считает, что все должно быть только так, как ей хочется. Сначала я успокаивала себя, что это неплохо, все задатки лидера, но теперь это переходит границы. Стараюсь с этим бороться, но не знаю как».



- Подросток. «Раз у меня получается добиться своего, значит, это хорошо, значит, друзья меня уважают. А брат как хотел? Чтобы я ему уступала, потому что он маленький? Хватит того, что ему родители во всем потакают, пусть знает, что бывает и по-другому».



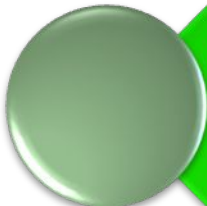
# СОВЕТЫ ПСИХОЛОГОВ



Уловите момент, когда ребенок ведет себя правильно, и хорошенько похвалите его .



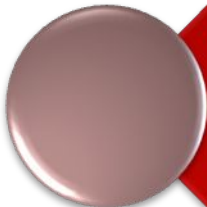
Применяйте «бабушкино» правило.



Смена ролей.



Предложите бросать жребий, чтобы никому не было обидно.



Объясните, что нужно соблюдать очередность.





**ДАВАЙТЕ СТРОИТЬ НАШИ СЕМЬИ НА  
ДОВЕРИТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЯХ, ГДЕ  
ТВОРИТ ДОБРО И ВЗАИМОПОНИМАНИЕ!**





семья,  
главное в жизни!