Как правильно общаться с подростком

В семье воспитывается подросток. Для многих родителей актуальной становится проблема: как с ним общаться. Психологи предлагают усвоить 7 простых правил:

1. Важно понять и принять: ребенок вырос.

Подросток больше времени проводит в общении с друзьями, решает проблемы взаимодействия с противоположным полом. Задача взрослого – помочь ребенку разобраться с теми трудностями, с которыми он сталкивается, а не усугубить, совместно делить удачи и неудачи.

2. Уделяйте время себе.

Подросток уже в меньшей степени нуждается во взрослом. Родителям не нужно проводить с ним все свободное время. Пора разделить и вспомнить о себе: заняться своим внешним видом, любимым хобби. Довольные и увлеченные родители – пример восхищения и подражания любого подростка!

3. Соглашайтесь с желаниями подростка

Выполнять некоторые желания подростка можно и нужно. При наличии поддержки в мелочах, он не станет опускаться до крайностей в поисках внимания от родителей. Подросток хочет видеть во взрослом партнера, который всегда поможет и принимает. Например, приходит подросток домой и просит: «Мама, налей мне чаю, пожалуйста». Он может и сам, но ему важно участие мамы даже в этом мелком жизненном моменте. Конечно, это не значит, что надо срывать и бежать к подростку по первому требованию.

4. Любовь – простая и безоговорочная

Любите, понимайте и по возможности прощайте мелкие прегрешения подростка. Когда начинаются проблемы и подросток не хочет общаться с родителями, важно понять, что это не потому, что родители плохие или не нужны ему. Просто в данный момент времени для него важнее другое: новый фильм, высказывание одноклассника, потребность в одиночестве или творчестве.

5. Рассказывайте о себе

В подростковом возрасте можно обсуждать все, чтобы сохранить связь с ребенком, это могут быть финансовые отношения с банками и смешные события на улице. На ваш вопрос «как прошел день», ответ в лучшем случае будет «нормально». Так как свое мнение на события подросток уже высказал там, где хотел, и тем, кому хотел. Повторяться у него нет желания. И не ждите тут волшебного рецепта, как общаться с сыном или дочкой. Лучше расскажите про ваш день и ваши события. Это даст понять подростку, что в доме рады любым обсуждениям. Обсуждая разные события, можно ненавязчиво формировать мнение подростка по разным темам, высказывать негативные и позитивные реакции на разные события. То есть воспитывать.

6. Осваивайте новые горизонты

Интересы родителей ребенок изучал до своих 10-12 лет. Сейчас у него формируются собственные интересы. Пусть дочь или сын расскажет о тенденциях музыки и научит играть вас, родителей, на гитаре, или увлечет хоккеем. А, может, вы вместе начнете играть в компьютерную игру. Ищите точки соприкосновения, и в семье не будет разлада.

7. Тыл – это дом

Дома можно отдыхать, беситься, смеяться и плакать. Никто не осудит, не накажет. Подросток должен понимать: дом – это тыл, куда всегда можно прийти, а задача родителей поддерживать это понимание максимально возможное время.