



БУ ВО «Череповецкий центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»

КОМПЛЕКС МЕР, НАПРАВЛЕННОГО НА РАЗВИТИЕ РЕГИОНАЛЬНОЙ СИСТЕМЫ
ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОГО ДЕТСТВА В ВОЛОГОДСКОЙ ОБЛАСТИ,
«НА ЗАЩИТЕ ДЕТСТВА»

Консультация для родителей подростков

**«Откровенный разговор
или как научиться слышать
друг друга»**



Уважаемые родители!

Откровенно говоря, Вы можете сказать, что у вас с ребенком-подростком общение без конфликтов?



Вопрос о том, как общаться с подростками важен многим родителям. Ведь это уже не дети, но ещё и не взрослые.

**Как же найти с ними общий язык, договориться?
Как общаться с ними, чтобы услышать друг друга?**



Почему не получается разговор?



ПРИЧИНЫ ОТСУТСТВИЯ ПОНИМАНИЯ И КОНФЛИКТОВ РОДИТЕЛЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Подростки в конфликте



Родители в конфликте

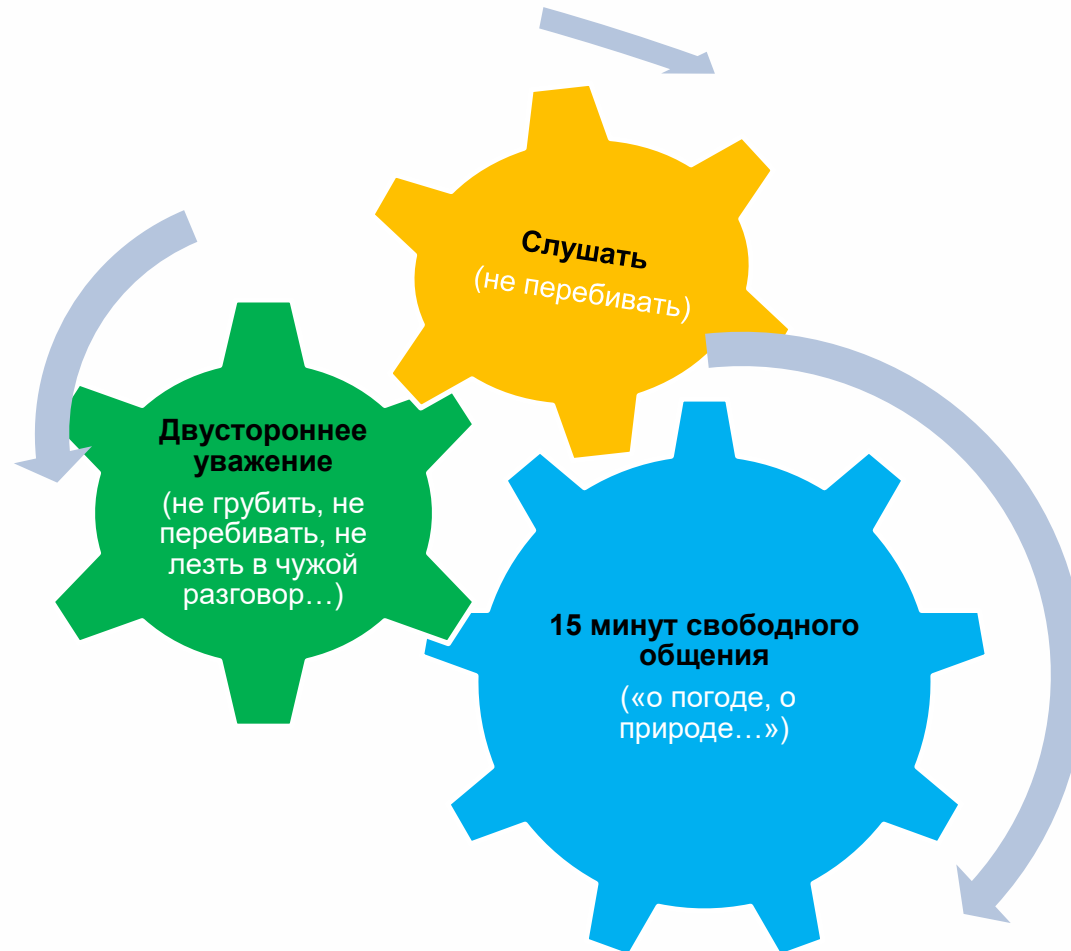
- кризис переходного возраста;
- стремление к самостоятельности и самоопределению;
- требование большей автономии во всем – от одежды до помещения;
- привычка к конфликту, воспитанная поведением взрослых в семье;

- 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.



Как избежать ссор и наладить общение?

Самое главное общаться ежедневно!



Случай из жизни



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?»



Случай из жизни



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

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 психолога

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.



Случай из жизни

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...»



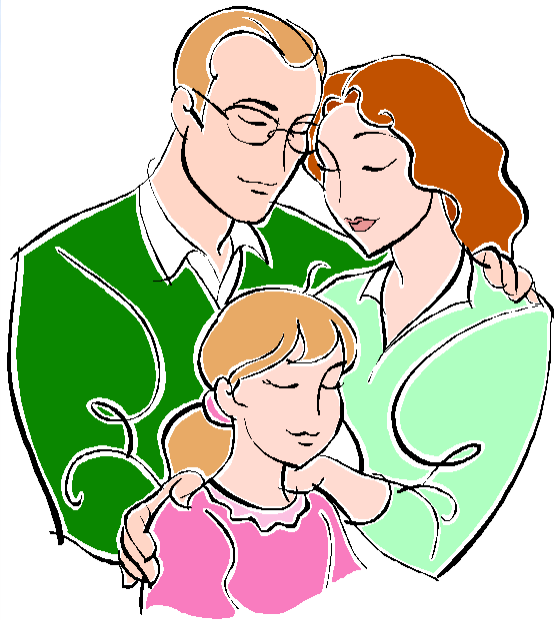
Случай из жизни

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

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 отвечу, такие скандалы с причитаниями начинаются! Так что они понимают?! Даже поговорить, как следует, не могут».





Советы психолога

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 .



Случай из жизни

**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».



Случай из жизни

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

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 психолога



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



Применяйте «бабушкино» правило (однаковое отношение)



 Смена ролей.



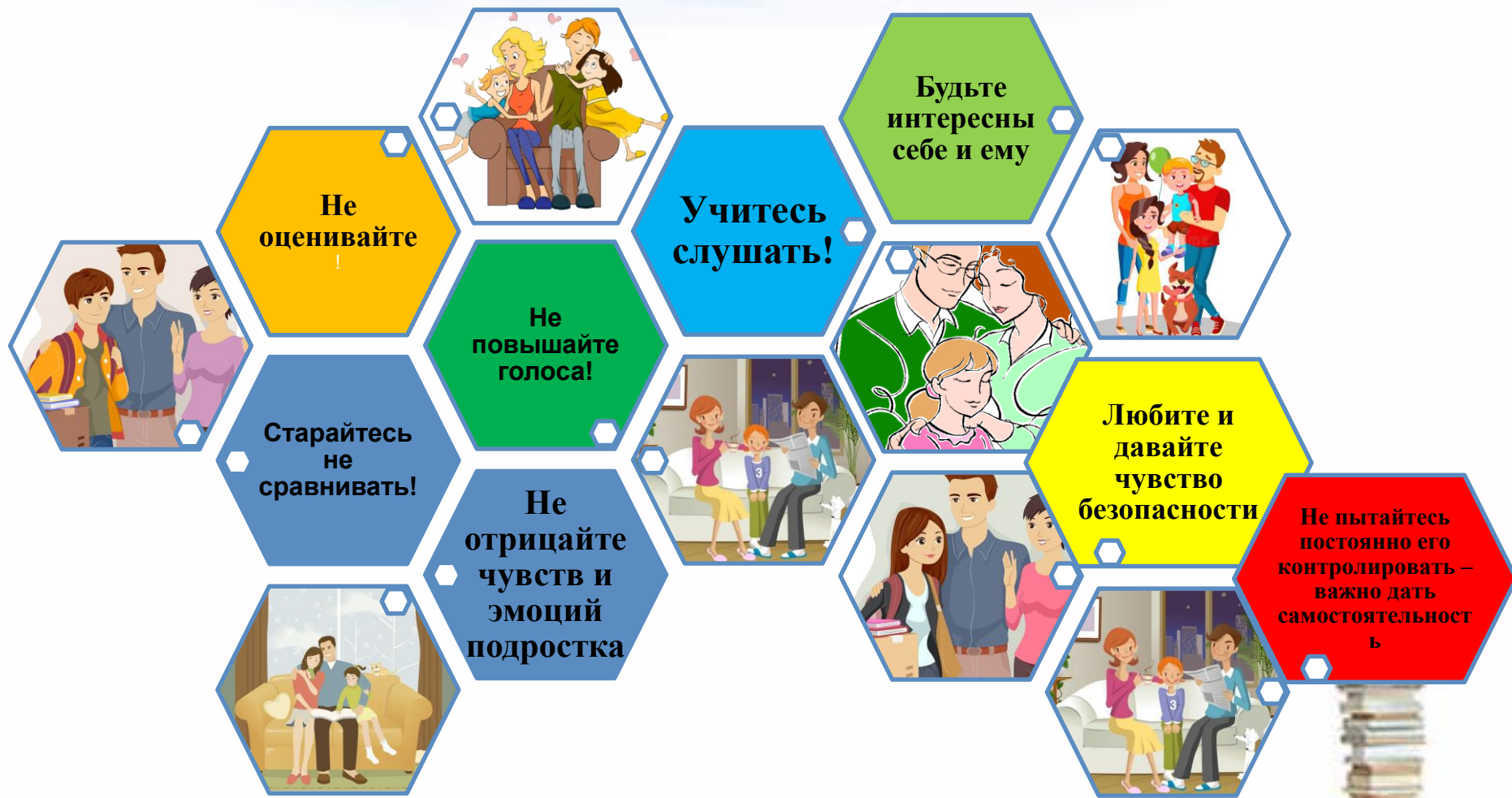
Предложите бросать жребий, чтобы никому не было обидно.



Объясните, что нужно соблюдать очередность.



Основные правила общения с подростком



Уважаемые родители!

Откровенно говоря, все в наших руках!

- **Когда вы говорите о своих чувствах ребенку, говорите от ПЕРВОГО ЛИЦА. Сообщите О СЕБЕ, О СВОЕМ переживании, а не о нем, не о его поведении.**
- **Чтобы избегать излишних проблем и конфликтов, соразмеряйте собственные ожидания с возможностями ребенка.**
- **Безусловно принимать ребенка – значит любить его не за то, что он красивый, умный, способный, отличник, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть!**
- **Постепенно, но неуклонно снимайте с себя заботу и ответственность за личные дела вашего ребенка и передавайте их ему.**
- **Если ребенку трудно и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему.**
- **Активно слушать ребенка – значит «возвращать» ему в беседе то, что он вам поведал, при этом обозначив его чувство.**



БУ ВО «Череповецкий центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»

Юридический адрес:
162610

Вологодская область,
г. Череповец ,
ул. Ленина д. 137

Телефон (факс):
(8202) 57-60-24

e-mail:

gouccpmss@yandex.ru

Официальный сайт:

<http://www.ccpmss.edu35.ru>

***Запись родителей на консультации к
специалистам на сайте***

<https://www.podderjkasemei35.ru/>

