

Психолог - родителям

- Цените их откровенность, искренне интересуйтесь проблемами.
 - Общайтесь на равных, тон приказа сработает не в вашу пользу. Дайте понять, что вы понимаете их.
 - Нельзя подшучивать над ними, высмеивать чувства, умаляя их значение. Постарайтесь отнестись к вашим детям с уважением, помните об их ранимости и уязвимости.
 - Не раздражайтесь и не проявляйте агрессивности, будьте спокойны, сдержанны. Помните, что ваша грубость вызовет их ответную реакцию.
 - Не говорите об объекте увлечения вашего ребенка пренебрежительным, оскорбительным тоном, тем самым вы унижите его самого.
 - Ни в коем случае нельзя грубо и категорично разрывать отношения подростков, ведь они только еще учатся общаться друг с другом и чаще всего даже и не помышляют ни о чем плохом.
 - Пригласите его (ее) подругу (друга) к себе, познакомьтесь – это позволит вам получить объективное, более правдоподобное, а не голословное представление о том, с кем встречается ваш ребенок. Лучше, если вы разрешите им встречаться у себя дома, чтобы им не пришлось искать случайных и сомнительных приютов для свиданий.
 - Расскажите им о себе, вашей истории первой любви – это поможет найти вам взаимопонимание с ребенком.
 - Если вы сумеете установить с ним дружеские отношения, вы будете иметь возможность не просто контролировать его поведение, но и влиять на его поступки.
 - Позвольте подростку самостоятельно разобраться в объекте своей привязанности, и если у него наступит разочарование в своих чувствах, пусть оно исходит не от вас, а от него самого. Он почувствует, что способен самостоятельно разбираться в ситуации и принимать решения.
- Помните, что, с одной стороны, подросток остро нуждается в помощи родителей, сталкиваясь со множеством проблем, а с другой – стремится оградить свой внутренний мир интимных переживаний от бесцеремонного и грубого вторжения, и он имеет на это полное право.

Типы конфликтов и способы их преодоления.

Далеко не все, что мы с вами в обыденной жизни привычно обозначаем словом «конфликт» (ссоры, недоразумения, разногласия, непонимание), является таковым на самом деле.

Конфликт – особые отношения между людьми, построенные на объективном противоречии их интересов, устремлений, ценностей, которые переживаются участниками как некоторое негативное эмоциональное состояние.

1. Конфликт возникает там и только там, где люди не могут одновременно реализовать свои цели, так как они, например, претендуют на один и тот же объект, или средств хватает на удовлетворение целей только одного человека, или достижение целей одним автоматически означает поражение другого.

2. При попадании в ситуацию объективного противоречия многие люди, и это нормально, перестают воспринимать её отстраненно, а начинают переживать, причём не что-нибудь, а преимущественно негативные эмоции: страх, гнев, раздражение, обиду, возмущение, ярость – психологический конфликт.

Положение подростка в семье и отношения с родителями.

Основная проблема, возникающая у подростков, - это проблема взаимоотношений с родителями. Отношение родителей к детям прямо пропорционально возрасту детей: чем старше ребёнок, тем сложнее взаимоотношения.

В зависимости от царящей обстановки, все семьи можно разделить на пять групп:

1. Семьи, в которых очень близкие, дружеские отношения между детьми и родителями.
2. Семьи, где царит доброжелательная атмосфера.
3. Семьи, где родители уделяют достаточное внимание учебе детей, их быту, но этим и ограничиваются. Родители пренебрегают увлечениями детей.
4. Семьи, где родители устанавливают за ребенком слежку, ему не доверяют, применяют рукоприкладство.
5. Семьи с критической обстановкой. Пьющие родители (один или оба).

Типы конфликтов и способы их преодоления.

1. Конфликт неустойчивого родительского восприятия.

Подросток уже не ребенок, но ещё и не взрослый. Естественно, что статус подростка в семье и обществе не устоялся. Ведёт себя иногда как взрослый, то есть критикует, требует уважения. Но иногда он, как ребенок, - все забывает, разбрасывает вещи и т.д.

В результате положительные качества недооцениваются, зато выступают несовершенства.

Рекомендации родителям:

- осознать свои противоречивые чувства;
- погасить в себе недовольство и раздражение;
- объективно оценивать достоинства и недостатки подростка;
- сбалансировать систему обязанностей и прав.

2. Диктатура родителей.

Диктатура в семье – это способ контроля, при котором одни члены семьи подавляются другими. Подавляется самостоятельность, чувство собственного достоинства. Родители вторгаются на территорию подростков, в их душу.

Бесспорно, родители должны и могут предъявлять требования к ребенку, но необходимо принимать нравственно оправданные решения. Требования сочетать с доверием и уважением. Родители, воздействующие на подростка приказом и насилием, неизбежно столкнутся с сопротивлением, которое чаще всего выражается грубостью, лицемерием, обманом, а иногда и откровенной ненавистью. Ребенок лишен права выбора, мнения, голоса и живет по принципу: «кто сильнее, тот и прав».

Рекомендации родителям:

- не входить в комнату без стука или в отсутствие хозяина;
- не трогать личные вещи;
- не подслушивать телефонные разговоры;
- оставить за подростком право выбора друзей, одежды, музыки и т.д.
- не наказывайте физически, не унижайте.

3. Мирное сосуществование – открытый конфликт.

Здесь царит позиция невмешательства. Выглядит обстановка вполне благопристойно. Никто не переступает запрет. У каждого свои успехи, проблемы, победы. Родители испытывают гордость, поддерживая подобный нейтралитет. Думают, что такие отношения воспитывают самостоятельность, свободу, раскованность. В результате получается, что семья для ребенка не существует. В критический момент – беда, болезнь, трудности, - когда от него потребуется участие, добрые чувства, подросток ничего не будет испытывать, так как это не будет касаться лично его.

Воспитание без запретов: установка родителей на детскую «свободу» без конца и без края, устранение тормозов, ограничений и обязанностей подчиняться нравственному долгу или элементарным правилам общения, что пагубно для формирования личности.

Рекомендации родителям:

- поменяйте тактику общения;
- установите систему запретов и включитесь сами в жизнь подростка;
- помогите ему участвовать в жизни семьи;
- создайте семейный совет, на котором бы решались многие проблемы всей семьи.

4. Конфликт опеки.

Опека – это забота, ограждение от трудностей, участие. Подростки здесь безынициативны, покорны, подавлены. Впоследствии ребенок командует родителями, заставляя, как это было раньше, выполнять все свои желания. Но «деспотизм» подростка встречается редко. Чаще это чересчур послушный ребенок. В итоге – протест. Причем форма протеста может быть разной – от холодной вежливости до активного отпора. Эти дети несчастливы в среде сверстников, они не готовы к трудностям жизни, так как им никто, кроме близких, «стелить соломку» не станет.

Рекомендации родителям:

- постарайтесь изменить свое поведение;
- не отказывайтесь от контроля, но сведите опеку к минимуму;
- не требуйте от ребенка правильных поступков, примите его таким, какой он есть;
- помогайте, но не решайте за него все проблемы;
- стимулируйте общение со сверстниками;
- дозировать опеку, похвалу и порицание.

5. Конфликт родительской авторитетности. «Шоковая терапия».

Детей в таких семьях воспитывают кропотливо, стараясь сделать из них вундеркиндов. Замечают любой промах, обращают на него внимание, наказывают неуважением. Проводят беседы на воспитательные темы, не давая возможности отстаивать свое мнение. Постоянно требуют от ребенка совершенства. Не замечают успехов и никогда не хвалят за хорошие поступки, не поощряют их.

Ребенок чувствует себя неуверенно, его охватывает обида и ярость, но подросток понимает, что бессилён. Появляется мысль о безысходности, бессмысленности собственной жизни (суицид). Или же все как на войне. Силы сторон (родителей и детей) практически становятся равными: на грубость – грубостью, на злорадство – злорадством и т.д.

Рекомендации родителям:

- измените отношение к своему ребенку;
- станьте терпимее к недостаткам подростка;
- восстановите доверие и уважение ребенка к самому себе;
- найдите и развивайте в ребенке те достоинства, которые свойственны его натуре;
- не унижайте, а поддерживайте;
- не вступайте в бесконечные споры, не допускайте молчаливой, «холодной» войны;
- уверьте ребенка в том, что вы всегда будете его любить, что гордитесь тем-то и тем-то, чего в вас недостает;
- поймите, что ему трудно.

Оптимальный тип семьи – партнерство.

- не ограждайте ребенка от горестей и радостей взрослого человека, а делайте соучастниками ваших переживаний. Делайте это прямо, смело, давая доступные разъяснения;
- не запугивайте, не сгущайте краски, поделитесь своими надеждами;
- все должно быть общее: и радость, и слезы, и смех.
- равномерное участие во всех советах, решениях семьи;
- ограничения и поощрения обсуждаются вместе, ребенок тоже высказывает свое мнение.