Проблемы воспитания подростков в семье.

**Уважаемые родители!**

Вы знаете о проблемах подросткового возраста, как порой нелегко бывает понять повзрослевшую дочь или сына и как сгоряча мы порой, сами того не замечая, отдаляем ребенка от себя.

Многие дети, вступая в подростковый возраст,  зрительно меняются. Из ласковых, спокойных и послушных вдруг превращаются в ершистых, неуправляемых, грубых. Пожалуй, именно грубость сильнее всего ранит и обижает родителей. Но прежде чем бо­роться с этим злом, давайте разберемся в причинах его возникновения.

К 15 годам у ребенка накапливается немало про­блем переходного возраста. Постепенно нарастает не­уверенность в себе. Появляются тревожность, сомне­ния в собственной значимости для родителей, друзей. Подростки готовы «застревать» в положении «обижен­ного», «непонятого», искать выход из трудных ситу­аций путями, нередко чрезвычайно опасными для здо­ровья, стремятся преодолеть зависимость от взрослых. Порой возникают у них спонтанные агрессивные ре­акции защиты себя даже в ситуации, когда и угрозы-то никакой нет.

Психологи посвятили много исследований пробле­мам подросткового возраста. Они доказали, что на жизнь человека сильно влияет чувство самоценнос­ти, проще — самооценка. Так, подростки с низкой самооценкой — вполне способные! — хуже учатся, плохо ладят со сверстниками и учителями, да и по­том, во взрослой жизни, не преуспевают. Все дело в том, что подростки склонны к переживаниям, кото­рые на профессиональном языке называются сверх­ценными. Самые смехотворные и нелепые коллизии они склонны рассматривать чрезвычайно серьезно, как вопрос жизни и смерти. Если мы вместе с ними суме­ем обнаружить смешное в происходящем, мы помо­жем им выбраться из кризиса. Но не будем забывать, как бы искусственны и преувеличенны ни казались нам переживания подростка, угрозу его жизни они могут создать самую настоящую.

Человеку нужно, чтобы его любили, понимали, признавали, уважали, чтобы он был кому-то нужен и  близок, чтобы у него был успех в делах, учебе и работе, чтобы он мог реализовать себя, развивать свои способности, совершенствоваться, уважать себя. Ос­нова самооценки ребенка закладывается в зависимос­ти от того, как с ним обращаются родители. Если они понимают и принимают его, терпимо относятся к его недостаткам и промахам, он вырастет с положитель­ным отношением к себе. Если же ребенка постоянно «воспитывают», критикуют и муштруют, самооценка его оказывается низкой, ущербной.

Общий закон здесь прост: в детстве мы узнаем о себе только из слов и отношения к нам близких. Образ ребенка строится извне, рано или поздно он начинает видеть себя таким, каким видят его другие. Каждым обращением к подростку — словом, делом, интонаци­ей, жестом, нахмуренными бровями и даже молчани­ем — мы сообщаем ему не только о себе, о своем состо­янии, но и всегда о нем, а часто — именно о нем.

Родителям надо помнить: если ребенок чувствует заботу, любовь родителей, у него складывается ощу­щение: «Со мной все в порядке». А постоянное недо­вольство со стороны родителей, наказание, а тем бо­лее самонаказание только усугубят его ощущение не­благополучия и несчастливости. В результате подрос­ток  в конце концов может прийти к выводу: «Пло­хой, ну и пусть! И буду плохим!» Это вызов, за кото­рым скрывается горечь отчаяния. Чтобы не допускать глубокого разлада ребенка с самим собой и окружаю­щим миром, нужно постоянно поддерживать его са­мооценку, чувство самоценности.

Как же найти золотую середину, как избежать кон­фликтов с собственным ребенком?

**Психологи советуют**

**1.** Давайте свободу. Спокойно свыкнитесь с мыслью, что ваш отпрыск уже вырос и  долго удерживать его возле  себя не удастся, а непослушание стремление выйти из-под вашей опеки.

**2.**Никаких нотаций. Больше всего подростка бесят нудные родительские нравоучения. Измените стиль общения, перейдите на спокойный, вежливый тон и откажитесь от категорических оценок и сужде­ний. Помните: ребенок имеет право на собствен­ный взгляд и собственные выводы.

**3.** Идите на компромисс. Еще ничего никому не уда­лось доказать с помощью скандала: здесь не быва­ет победителей. Когда родители и подростки охва­чены бурными негативными эмоциями, способ­ность понимать друг друга исчезает.

**4.** Уступает тот, кто умнее. Костер ссоры быстро по­гаснет, если в него не подбрасывать дров. Чтобы скандал прекратился, кто-то должен первым за­молчать. Взрослому это сделать легче, чем подрос­тку с неустойчивой психикой. Запомните: лавры победителя в отношениях с собственными детьми не украшают.

**5.** Не надо обижать. Прекращая ссору, не стреми­тесь сделать ребенку больно с помощью язвитель­ных замечаний или хлопанья дверьми. Умению достойно выходить из трудных ситуаций ребенок  учится у нас.

**6.** Будьте тверды и последовательны. Дети — тон­кие психологи. Они прекрасно чувствуют слабость старших. Поэтому, несмотря на вашу готовность к компромиссу, сын или дочь должны знать, что ро­дительский авторитет незыблем. Если же взрос­лые демонстрируют подростку собственную несдер­жанность, истеричность, непоследовательность, трудно ждать от него хорошего поведения.

Далее учитель предлагает родителям обсудить си­туации семейного воспитания и высказать свои суж­дения:

**1.** Вы узнали о том, что деньги, которые вы даете сыну на обед, он тратит в компьютерном зале.

**2.**Дочь прогуливает школу, объясняя учителю, что ухаживает за больной бабушкой.

**3.** Сын сообщил вам о своем решении подрабатывать в свободное от учебы время.

**4.** Вам не нравятся друзья сына и поэтому... (продол­жите фразу).

**5.** Чтобы повысить успеваемость дочери, вы решили платить дочери за каждую «5» по 10 рублей.

 И в заключение собрания будет уместно предло­жить родителям памятки семейного воспитания.

**1.** Смотрите на своего ребенка как на самостоятель­ную личность.

**2.**Говорите с ним о некоторых планах, касающихся домашнего хозяйства, например, что купить, что поправить, что сэкономить, чтобы ребенок чувство­вал себя членом семейного коллектива.

**3.** Все время доказывайте своим поведением, что уме­ете держать слово.

**4.** Держите себя так, чтобы ребенок не боялся идти к вам с любым вопросом даже тогда, когда чувству­ет, что вопрос деликатный.

**5.**Прежде чем пристыдить или наказать ребенка, по­старайтесь понять, из каких побуждений он со­вершил свой поступок.

**6.** Не обращайтесь с ним все время как с маленьким.

**7.** Не балуйте и не делайте за него то, что он мог бы делать сам.

**8.**Используйте в повседневном общении приветли­вые фразы. Например: «Мне хорошо с тобой...», «Мне нравится, как ты...», «Ты, конечно, спра­вишься...», «Как хорошо, что ты у нас есть...» и др.

**9.**Чаще вместе проводите свободное время.

**10.**Поддерживайте успехи ребенка.

**11.** Конструктивно решайте конфликты.

Помощь в решении проблем семейного воспитания подростков родителям окажет и «домашнее задание» - памятка для родителей.

**Памятка для родителей.**

**1. «Почувствуй ребенка».**

Родителям предлагается почувствовать в повсе­дневном общении с ребенком моменты его различных переживаний и называть их при обращении к ребен­ку. Например, «Ты огорчен...», «Тебя радует...».

**2. «Что нам должны дети?»**

Заметить, сколько раз во время разговора с ребен­ком было произнесено слово «должен». Почувствовать, как реагирует ребенок на слово «должен», попробо­вать заменить это слово другим, отметить реакцию.

**3. «Насколько вы принимаете своего ребенка»**

В течение 2—3 дней подсчитайте, сколько раз вы обратились к ребенку с эмоционально положительны­ми высказываниями  (радость, приветствие, одобрение, поддержка) и  сколько с отрицательными (упреки, за­мечания, критика, обвинение и др.). Если число по­ложительных равно числу отрицательных, то с обще­нием все благополучно.

**4. «Радостная встреча»**

.; Представьте, что встречаете лучшего друга. Как вы показываете, что он дорог вам и близок? Теперь представьте, что это ваш ребенок, который приходит домой из школы, и вы показываете, что рады его ви­деть. Теперь это надо проделать на самом деле до всех других слов и вопросов. Хорошо бы продолжить эту встречу в том же духе в течение нескольких минут.

**5. «Я-сообщение»**

Попробуйте говорить от первого лица. Сообщите о себе, о своем переживании, а не давайте характерис­тику ребенку и его поведению.

**6. «Ты мне дорог»**

Обнимайте вашего ребенка не менее четырех раз в день ( обычные утреннее приветствие и поцелуй на ночь не считаются).

Неплохо то же делать и по отношению к взрослым членам семьи. Обратите внимание на реакции ребен­ка, да и на свои собственные.

**ЭТО ИНТЕРЕСНО**

**Парадоксы воспитания**

Все родители воспитывают и всегда воспитывали своих детей однобоко: они поощряют только то поведение, которое они, взрос­лые, считают правильным, и на­казывают за те нарушения, ко­торые они, родители, считают не­допустимыми. А как считают дети, почему-то никто не выяс­няет и не учитывает.

 Воспитание складывается из того, что дети постоянно подра­жают родителям — манере гово­рить, ходить, есть, спать, выра­жаться, думать. Но родители хоть раз подражали детям?

Не всегда в трудолюбивой семье вырастают трудолюбивые дети. Там, где оба родителя уме­ют очень хорошо вести домаш­нее хозяйство, ребенок может и не выработать этих способнос­тей — нет надобности (семья не нуждается в проявлении этих ка­честв). Напротив, в семье, где мать бесхозяйственна, ее роль может взять на себя старшая дочь.