

Подростки и родители. Перепишем негативные сценарии!!!

Подростки нас (НЕ) слышат

Не слушают, не слушаются, все делают по-своему.

- ✗ Что бы я ни говорила, он игнорирует
- ✗ Если накажу, уйдет из дома и что-нибудь сотворит
- ✗ Если заставлю, поступит наперекор
- ✗ Он не захочет со мной разговаривать
- ✗ Если запрещу, будет истерика

Мы думаем за детей, предсказываем сценарии поведения и как следствие - боимся. Потерять авторитет, нарваться на скандал, показать родительскую несостоятельность.





Надеемся отсидеться в уголке, «не лезть». Тихо звереем от их поступков, манеры разговаривать, одеваться. Молча переживаем за отношения с друзьями, девочками-мальчиками, успеваемость, но блюдем границы.

Что видит ребенок? – Равнодушие.

Что чувствует? – Вседозволенность и незащищенность.

! Что делаем



- 1) Стая не идет за волчком  Занимаем взрослую позицию, устанавливаем правила для семьи ! Правила работают всегда и для всех одинаково
- 2) У свободы есть вкус и цена  Пусть подросток принимает самостоятельные решения и несет за них ответственность. Делает выбор и видит последствия  Наблюдаем, поддерживаем, не критикуем
- 3) Я тебя слышу  Если ребенок хочет пообщаться, откладываем телефон или утюг. Слушаем, не перебиваем, без заигрываний и манипуляций. **Не сводим беседы к вопросам: как дела в школе!!!**

4 Нам интересно вместе ▶▶ Совместные поездки, отдых, хобби или работа (без принуждения!) – повод пообщаться, мостик к взаимопониманию

5 Личные границы ▶▶ Подросток имеет право закрыться в комнате, уйти в себя, не поделиться мыслями и чувствами. Не врывается с обысками и допросами

6 Снисходительность, уступки, понимание ▶▶ Мы близкие люди, а не карательный отряд. Закрываем глаза на мелкие нарушения, чтобы сохранить добрые отношения

И конечно же не забываем о безусловной родительской любви!!!