

11 Избегайте неоднозначных высказываний. Обращение взрослых к подростку должно содержать одну информацию: понятный запрет, доброжелательное разрешение или открытую возможность сделать выбор.

12 Избегайте крайностей: давать полную свободу так же неверно, как и «закручивать гайки».

13 И еще, сохраняйте чувство юмора, ведь это замечательный помощник в трудных ситуациях и порой единственный способ достойного выхода из неудобного положения:

- метко сказанное слово или шутка в ответ на обидные слова ребенка способны разрядить любую об-



Муниципальное автономное
учреждение дополнительного
образования города
Нижевартовска «Центр детского
творчества»

Социально-психологическая служба

ПСИХОЛОГ И Я

ПРАВИЛА ОБЩЕНИЯ С ПОДРОСТКАМИ



Подростковый возраст полон противоречий и беспокойства. Ничего ненормального нет в том, что поведение подростка изменчиво и непредсказуемо, что он мечется между крайностями, любит родителей и одновременно ненавидит их...

РЕКОМЕНДАЦИИ ПСИХОЛОГОВ

1. Избегайте попыток казаться слишком понимающим в таких высказываний, как «Я отлично понимаю, что ты чувствуешь». Подростки уверены, что они неповторимы, уникальны в своём роде. Их чувства даже для них самих что-то новое, личное. Они видят себя сложными и таинственными существами, и они искренне огорчены, когда в глазах других их переживания выглядят простыми и наивными.

2. Различайте согласие и разрешение, терпимость и санкционирование. Терпимо относитесь к нежелательным поступкам детей (например, новая причёска) – то есть поступкам, которые не были санкционированы, не поощрялись вами.

3. Разговаривайте и действуйте как взрослый. Не соперничайте с подростком, ведя себя так же, как он, используя молодежный жаргон. Подростки нарочно принимают стиль жизни, отличный от стиля жизни взрослых, и это тоже составляет часть процесса форми-



4. Одобряйте подростка и поддерживайте его сильные стороны. Ограничьте комментарии, относящиеся к дурным сторонам характера подростка. Напоминание о недостатках может сильно затормозить общение подростка со взрослыми.

5. Не акцентируйте слабые стороны подростка. При обнаружении другими его слабых сторон характера подросток чувствует боль.

6. Помогите подростку самостоятельно мыслить. Не усиливайте зависимость от Вас. Говорите языком, который поможет развить независимость: «Это твой выбор», «Сам реши этот вопрос», «Ты можешь отвечать за это», «Это твоё решение». Взрослые должны подводить детей к самостоятельному принятию решений и учить сомневаться в правильности мнений ровесников.

7. Правда и сочувствие рожают любовь. Не торопитесь вносить ясность в те факты,

которые, по вашему мнению, были извращены. Взрослые, скорые на расправу, не научат уважать правду. Некоторые педагоги, родители излишне торопятся точно сообщить где, когда и почему они были правы. Часто подростки встречают такие заявления с упрямством и злобой. Таким образом, иногда правда превращается в смертельное для отношений оружие, если единственная цель – это докопаться до истины.

8. Уважайте потребность в уединении, в личной жизни. Этот принцип требует некоторой дистанции, что может показаться для некоторых взрослых, особенно родителей, невозможным.

9. Избегайте громких фраз и проповедей. Попробуйте разговаривать, а не читать лекции. Избегайте заявлений, типа: «Когда я был в твоём возрасте...», «Это меня ранит больше, чем тебя...».

10. Не навешивайте ярлыков: «Аня глупая и ленивая. Она никогда ничего не добьётся». Такое «навешивание» ведёт