

ЯКЩО ПІДЛІТОК БУНТУЄ



Поради батькам

Поради про те, як батькам реагувати на деструктивну поведінку дітей у підлітковому віці

Практично всі батьки так чи інакше зіштовхуються із труднощами виховання дітей у підлітковому віці. Деякі з них скаржаться на те, що діти повністю виходять з-під контролю й намагаються самоствердитись деструктивними способами, пробуючи робити те, що їм завжди заборонялось: палити, випивати, вживати наркотичні речовини тощо. При цьому спроби батьків карати дітей або контролювати їх іншим способом призводять до посилення деструктивної поведінки.



ПОРАДА 1



Контроль і покарання не допоможуть виховати підлітків, адже в даному випадку вони не діють. Безсумнівно, батькам стає страшно, коли вони бачать небезпеку, яка підстерігає підлітків у нашому не тільки недосконалому, а і значною мірою ворожому світі. Ми боїмося, що наші норавливі діти зламують собі життя назавжди. Але все ж важливо зрозуміти, що коли ми намагаємося зупинити бунт за допомогою контролю й покарань (з найкращих міркувань), то робимо тільки гірше, оскільки контроль провокує бунт (явний чи прихований).

ПОРАДА 2

Багато хто думає, що єдиною альтернативою контролю й покарання є потурання. Але потурання не корисне ні дітям, ні дорослим.



ПОРАДА 3



Ваші слова й дії повинні демонструвати одночасно і непохитність, і доброту. Доброта допоможе дитині упевнитися в тому, що ви її любите безумовно – такою, якою вона є. Непохитність у спілкуванні з підлітками передбачає, що вам необхідно прийняти рішення про те, що ВИ будете робити в даній ситуації, а не про те, що ви будете примушувати робити їх.

Вірте у свою дитину, в її світлу сторону, в її здатність упоратися із труднощами й небезпеками свого віку. Поясніть їй, що помилятися, це нормально. Це можливість навчитися чогось, зробити правильні висновки і рухатись вперед. Скажіть, що ви завжди готові вислухати її, якщо вона захоче відкрити вам своє серце. Коли вона все ж таки зважиться на розмову - вислухайте її дуже уважно, без зайвих емоцій, моралей та повчань.



Проводьте сімейні зібрання для спільного обговорення наявних проблемних ситуацій. Використовуйте «мозковий штурм» для пошуку рішень, які задовольнять усіх. Якщо ваша дитина відмовляється брати участь у спільному пошуку вирішення проблем, така поведінка є ознакою того, що ваші стосунки потребують негайного перегляду та переналаштування.



Навчіться відпускати ситуацію, не підсилюйте її, не впадайте в розпач чи байдужість. Батьки підлітків повинні зрозуміти, що вдаватись до контролю в цьому віці дуже пізно. Це призведе до замкнутості, агресії. Переконайте своїх дітей у безумовній любові, підтримці, розумінні, тоді більш вірогідним стане збереження та зміцнення стосунків та впливу на них.



Бунт – це робота підлітків, яка інакше називається індивідуалізацією. Індивідуалізація – це спроба підлітків з'ясувати, ким вони є насправді, коли відокремлені від своїх батьків.

Як вони зможуть це з'ясувати, якщо не ставитимуть під сумнів батьківські правила й цінності?



Діти зазвичай повертаються до більшості цінностей своїх батьків, якщо з ними поводяться з добротою й непохитністю, а також з вірою в їхню світлу сторону під час прояву бунтарської поведінки.

Безумовно, підлітковий період є дуже важким для батьків. Важко спостерігати, як діти роблять те, що їм явно може нашкодити.

Але ж і ви, батьки, припускалися помилок, коли були підлітками, і тим не менше, з вами все добре! Чи не так?

**Пригадайте ті дні й вірте у ваших дітей.
Усе буде добре!**