

В помощь родителям «Как поддержать подростка, оказавшегося в трудной ситуации»



В период взросления дети нуждаются в родительской поддержке — в руководстве, в достойном примере, в понимании, в поощрении самостоятельности. Именно поддержка, а не всесторонняя помощь и не чрезмерная забота способствуют воспитанию самодостаточной личности.

А как вы поддерживаете своего подростка — чему учите, какой пример подаёте, как стимулируете самостоятельность, как стараетесь понять? Честно ответьте себе на эти вопросы с целью корректировки линии поведения.

Психологи Детского телефона доверия рекомендуют использовать в воспитании подростков «Метод строительных лесов».

«Метод строительных лесов/подмостков». В его основе – идеи выдающегося советского психолога и педагога Льва Семёновича Выготского о «зоне ближайшего развития». Учёный утверждал, что дети скорее и эффективнее учатся справляться с любыми трудностями/сложными заданиями под руководством знающих и опытных наставников.

Метод подразумевает предоставление подростку немного больше привычной для него свободы и самостоятельности, чтобы он почувствовал вкус успеха, если всё сделает правильно, и избежать серьёзных последствий, если что-то пойдёт не так.

Основные моменты метода:

- Указания проговариваются спокойно и медленно.
- Информации даётся минимум, достаточный для начала деятельности — всё остальное — в процессе по мере надобности.
- После окончания первого этапа задания нужно отметить конкретные успехи и похвалить за них ребёнка.
- После первых успехов вводится следующий блок инструкций.

Стоит отмечать даже маленькие успехи — это добавит сыну или дочке уверенности в себе и подтолкнёт к следующему этапу.

Допустим, вы хотите привлечь подростка к сборке модели самолёта. Он покрутил-посмотрел — не очень-то и понятно, и забросил это дело. Скорее всего, к нему он больше не вернётся.

Второй вариант — помогаете разобраться со знаками в схеме. И процесс пойдёт! Если ничему подростка не учить, ожидая, что жизнь это сделает сама, то не зная, как справиться с той или иной проблемой, он может просто не предпринимать никаких попыток для их преодоления.

Задача родителей — «научить ребёнка пользоваться удочкой, чтобы он ловил рыбу самостоятельно».

Мой дом — моя крепость. Для любого человека дом — это место силы, где он может подпитаться энергией, набраться сил. Это место, где любят, где рады, где чувствуешь себя в безопасности. Пусть ваш дом будет для ребёнка именно таким!

Быть примером для своего ребёнка. Если маленькие дети считают родителей самыми-самыми, то подростки замечают все их недостатки и промахи, поэтому нужно быть особенно внимательными к своему поведению. Если хотите, чтобы подросток вас услышал, сами научитесь слышать. Чтобы не столкнуться с агрессией, не допускайте негатива в общении. Если не хотите вранья — не обманывайте сами.

Вы лучше всех знаете своё чадо, его недостатки и достоинства, слабые и сильные стороны. Не закливайтесь на негативе, старайтесь видеть хорошее, стремитесь вместе решать трудные жизненные задачи.