Лекция для родителей.

***Тема: Трудное поведение подростков.***

**Цель:** создание условий для осмысления  и преодоления родителями помех и затруднений в общении с младшими подростками.

|  |  |
| --- | --- |
| **Типичная фраза** | **Как необходимо говорить** |
| "Ты должен учиться!" | "Я уверен(-а), что ты можешь хорошо учиться" |
| "Ты должен думать о будущем!" | "Интересно, каким человеком ты хотел бы стать? Какую профессию планируешь выбрать?" |
| "Ты должен уважать старших!" | "Ты знаешь: уважение к старшим - это элемент общей культуры человека" |
| "Ты должен слушаться учителей и родителей!" | "Конечно, ты можешь иметь собственное мнение, но к мнению старших полезно прислушиваться" |
| "Лжец", "Ты опять врешь!" | "Мне жаль, что я опять выслушиваю неправду", "Мне не нравится, когда меня обманывают. Постарайся больше так не делать" |

Если ребенок постоянно критикует, он учится….(ненавидеть)

Если ребенок живет во вражде, он учится… (быть агрессивным)

Если ребенок растет в упреках, он учится… (жить с чувством вины)

Если ребенок растет в терпимости, он учится… (понимать других)

Если ребенка хвалят, он учится… (быть благородным)

Если ребенок растет в честности, он учится… (быть справедливым)

Если ребенок растет в безопасности, он учится… (верить людям, доверять)

Если ребенка поддерживают, он учится… (ценить себя)

Если ребенка высмеивают, он учится… (быть замкнутым)

Если ребенок живет в понимании и дружелюбии, он учится… (находить любовь в этом мире, отзывчивости, любить)

***Причины вызывающего поведения подростков:***

1. Детям **не хватает внимания взрослых**, которые вечно заняты. «Отстань!», «НЕ лезь!», «Не приставай!», «Надоел!» - часто слышит подросток. Семья не обеспечивает психологического комфорта, любви, поддержки, и подростки стремятся к лидерству среди своих сверстников.
2. Высокий **уровень тревожности.** В семье не правильно оценивают возможности ребенка: либо занижают возможности и способности. («Ничего хорошего из тебя не получится! Ты не сможешь справиться с этим заданием!»). Либо завышают, когда родители ожидают очень высоких результатов, показывают повышенную обеспокоенность проблемами успеваемости, а подросток не может соответствовать родительским ожиданиям.
3. Многим подросткам трудно совладать со своим **холерическим темпераментом.** Такие дети нарушают дисциплину несознательно.
4. **Отсутствие душевной близости** с родителями гонит подростка из дома во двор, заставляет искать понимания с другими подростками или взрослыми.

**Тест для родителей «Как вести себя в сложных ситуациях?»**

1. Ребенок просит отпустить его в кино, но он давно не убирался в своей комнате, хотя обещал делать это регулярно.

*А) мне очень не хочется идти тебе навстречу, когда ты сам не выполняешь свои обещания. Мне кажется, что меня используют.*

Б) Ты не заслуживаешь хорошего отношения, когда ведешь себя так безответственно.

1. Ребенок включает музыку так громко, что это мешает родителям разговаривать в другой комнате.

*А) Мы с папой хотим поговорить, но из-за шума почти не слышим друг друга.*

Б) Ты не можешь немного подумать о других? Зачем ты включаешь музыку на полную мощь?

3. Ребенок весь день пребывает в дурном настроении, кажется грустным и по-

давленным. Мама не знает, отчего.

А) Подойди сюда. Перестань хандрить. Ты принимаешь все слишком серь-

езно.

*Б) Ты сегодня очень грустный, я бы хотела тебе помочь, не знаю, что тебя*

*расстраивает.*

4.Дочь обещала приготовить салат к праздничному столу, остается полчаса

до прихода гостей, а она даже не начинала готовить.

А) *Я просто в отчаянии, крутилась целый день, чтобы приготовиться к*

*приему гостей, а теперь должна беспокоиться о салате.*

Б) Ты бездельничала целый день, в результате ничего не сделала, как

можно быть такой бестолковой и безответственной.

5.Дочь забыла, во сколько она должна вернуться домой, чтобы пойти с мамой

покупать туфли, мама очень спешит.

А) Тебе должно быть стыдно. Я согласилась пойти с тобой в магазин,

а ты даже не удосужилась вовремя вернуться.

Б) *Мне обидно, когда я с трудом выкраиваю время, чтобы пойти с тобой*

*в магазин, а ты не приходишь.*

**Анализ результатов теста.**

Каждое совпадение вашего выбора с ключом оценивается в 1 балл. Посчитайте сумму баллов.

**Менее 3 баллов.** В конфликте вам трудно совладать с эмоциями. Вам кажется, что ребенок нарочно ведет себя плохо, и вы пытаетесь немедленно пресечь негативное поведение резкими замечаниями, стараетесь вызвать чувство вины, никак не обосновываете своего возмущения. В результате ребенок чувствует себя униженным, непонятым и либо обиженно удаляется, либо в знак протеста начинает вести себя еще хуже.

**От 3 и более баллов.** В эмоционально напряженной ситуации вы стремитесь прежде всего быть понятым. Спокойно и ясно сообщаете о возникших у вас в связи с его поступком чувствах, переживаниях, опасениях, четко формулируете свое желание и требование. Ребенок видит причину вашего недовольства, понимает, что у каждого человека есть свои права, и учится принимать чувства другого как данность.

Памятка для родителей.

1. Дайте свободу. Свыкнитесь с мыслью, что ваш ребенок уже вырос и более удерживать его возле себя не удастся, а непослушание – это стремление выйти из-под вашей опеки.
2. Никаких нотаций. Больше всего подростка раздражают нудные родительские нравоучения. Измените стиль общения, перейдите на спокойный вежливый тон и откажитесь от категоричных оценок и суждений. Поймите: ребенок имеет право на собственный взгляд, собственные ошибки и собственные выводы.
3. Идите на компромисс. Все равно ничего не удастся доказать с помощью скандала: здесь не бывает победителей.
4. Уступает тот, кто умнее. Чтобы скандал прекратился, кто-то первый должен замолчать. Взрослому это сделать проще, чем ребенку с неустойчивой психикой.
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 вас.
6. Будьте тверды и последовательны. Несмотря на вашу готовность к компромиссу, подросток должен знать, что родительский авторитет незыблем.