

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ПО АДАПТАЦИИ ПЕРВОКУРСНИКОВ

- Создавать атмосферу оптимизма, веру в себя - ты справишься, сможешь!
- Вместе с ребенком решать создавшуюся проблему
- Согласовать действия с ребенком, учителем.
- Хвалить даже за малые успехи
- Найти путь самоутверждения (кружки, трудовые дела)
- Убедить в нужности учения
- Не обвинять учителя
- Создавать здоровую атмосферу в семье
- Интересоваться не только учебой, но и взаимоотношениями с одноклассниками, взрослыми
- Быть самым примером: «Как старики поют, так молодежь чирикает».

ПОМНИТЕ, ЕСЛИ:

- ребенка постоянно критикуют, он учится ненавидеть;
- ребенка высмеивают, он становится замкнутым;
- ребенка хвалят, он учится быть благородным;
- ребенка поддерживают, он учится ценить себя;
- ребенок растет в упреках, он учится жить с чувством вины;
- ребенок растет в терпимости, он учится понимать других;
- ребенок растет в честности, он учится быть справедливым;
- ребенок растет в безопасности, он учится верить в людей;
- ребенок живет во вражде, он учится быть агрессивным;
- ребенок живет в понимании и дружелюбии, он учится находить любовь в этом мире.

Как сохранить доверительные отношения с детьми

➡️Согласитесь с беспокойством и неудовольствием. Это возраст, полный противоречий. Ничего ненормального нет в том, что поведение подростка изменчиво и непредсказуемо, что он мечется от крайности к крайности, любит родителей и одновременно их ненавидит и т. д.

➡️Избегайте попыток казаться слишком понимающим. Избегайте таких высказываний, как «Я отлично знаю, что ты чувствуешь». Подростки уверены, что они уникальны, неповторимы в своем роде. Их чувства — это даже для них самих что-то новое, личное. Они видят себя как сложных и таинственных существ, и они искренне огорчены, когда в глазах других их переживания выглядят очевидными, наивными и простыми.

➡️Различайте согласие и разрешение, терпимость и санкционирование. Родители могут терпимо относиться к нежелательным поступкам детей (например, новая прическа), то есть поступкам, которые не были санкционированы, не поощрялись родителями.

➡ Разговаривайте и действуйте как взрослый. Не соперничайте с подростком, ведя себя как он, или используя молодежный жаргон. Подростки нарочито принимают стиль жизни, отличный от стиля жизни их родителей, и это тоже составляет часть процесса формирования их личности. Таким образом, начинается постепенный отход от родителей. Подражание родителями их стилю и жаргону толкает их в еще более глубокую оппозицию.

➡ Одобряйте подростка и поддерживайте его сильные стороны. Ограничьте комментарии, относящиеся к дурным сторонам характера подростка. Напоминание о недостатках может сильно затормозить общение подростка с родителем. Многоэтапной задачей родителя является создание таких отношений и предоставление подростку такого жизненного опыта, который будет укреплять характер и создавать личность.

➡ Не акцентируйте слабые стороны. При обнаружении другими слабых сторон характера подросток чувствует боль. А если причина этой боли — родители, то она дольше не проходит.

➡ 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 твое решение». Родители должны подводить детей к самостоятельному принятию решений и учить сомневаться в правильности мнений ровесников.

➡ Правда и сочувствие рожают любовь. Не торопитесь вносить ясность в те факты, которые, по вашему мнению, были извращены. Родители, скорые на расправу, не научат уважать правду. Некоторые родители излишне торопятся точно сообщить, где, когда и почему они были правы. Часто подростки встречают такие заявления упрямством и злобой. «Таким образом, иногда и правда превращается в смертельное для семейных отношений оружие, если единственная цель — докопаться до истины.

➡ Уважайте потребность в уединении, в личной жизни. Этот принцип требует некоторой дистанции, что может показаться для многих родителей невозможным.

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

➡ Не навешивайте ярлыков: «Аня — глупая и ленивая. Она никогда ничего не добьётся». Такое «навешивание ярлыка» ведёт к тому, что предсказание исполняется само собой. Ведь дети склонны соответствовать тому, что о них думают родители.

➡ Избегайте неоднозначных высказываний. Обращение родителя к подростку должно содержать одну информацию: понятный запрет, полное доброжелательности разрешение или открытую возможность сделать выбор.

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

➡ Сохраняйте чувство юмора

