

Как общаться с подростком

Подростковый возраст – интересный, особенный период для тинейджера и всей его семьи. Это незабываемое приключение в мир подростка и свой собственный внутренний мир, если Вы действительно захотите установить надежный контакт с взрослеющим сыном или дочерью. Это тот временной промежуток в Вашей жизни, когда Вы вынуждены снять с себя все «маски» и быть самим собой, так как подростки не терпят фальши. Именно конфликты с подростком подскажут Вам, в чем Вы не до конца честны с ним и с самим собой, недостаточно искренни. Подростковый возраст Вашего сына или дочери – последний период, когда в Вашем доме они еще являются детьми, а не взрослыми. Это период особенного влияния на них.

Если мы хотим пообщаться с японцем, то должны изучить японский язык. А если мы приедем в Японию, то не устанавливаем там свои правила и традиции, а следуем ранее установленным в этой стране. Аналогично и во взаимоотношениях с подростками. Нам необходимо понимать внутреннее состояние, переживания, проблемы подростка. Нас не уполномочивали наводить порядок в душе подростка.

Самое сильное влияние, какое только мы можем оказать на взрослеющих детей, – это самим жить так, как хотим, чтобы жили они. Если желаем, чтобы подросток убирал свою комнату, самое лучшее, что можем сделать, это убрать свою. И предложить ему помощь, если будет в ней нуждаться. «Если мы хотим, чтобы наши дети проявляли доброту, вежливость и любовь, то мы сами должны подавать им пример» (Елена Уайт).

Тинейджеры нуждаются в абсолютном безусловном принятии. Они не терпят нравоучений. Когда они чувствуют, что их не переделывают, не осуждают ни за какой проступок, они готовы установить контакт. Безусловное принятие – это не поддержка или одобрение проступков. Необходимо отделить личность ребенка от его поведения. Как бы подросток не поступил, его будут

любить так же, и относиться к нему, как и прежде.

Для того, чтобы легче решать конфликты, заранее составьте список из пятнадцати ситуаций, в которых поведение подростка восхищает, удивляет, радует, воодушевляет Вас, заставляет улыбнуться. Например, как он во время просмотра видео хохочет. Или как поет, принимая душ. Возможно, Вас восхищают его спортивные достижения или доброжелательное отношение к младшей сестре. Пятнадцать ситуаций. Во время напряженных или конфликтных взаимоотношений вспомните этот список. Вы сможете более рационально разрешить ситуацию.

Перед тем, как говорить с подростком, обратите внимание на свой внутренний мир, на свое состояние, настроение. В период «шторма», «бури» даже не начинайте разговор, не входите в комнату подростка. Пообщайтесь с Богом так, чтобы у Вас внутри был «штиль», потом общайтесь с тинейджером. У него и так своя внутренняя «буря», не усиливайте ее своей.

Когда ребенок подходит, чтобы что-то рассказать, необходимо отложить свои дела и поговорить с ним «сердцем». Не думайте ни о чем, пока ребенок говорит. Не переживайте, не беспокойтесь, не тревожьтесь ни о чем. Просто спокойно слушайте. Не пытайтесь переспросить. Просто выслушайте. Подарите ему свое сердце, себя, на эти пятнадцать минут. Есть только Вы и он. Если Вы не можете так пообщаться в данный момент, поскорее завершите начатое дело и уделите свое время подростку.

Если Вы не знаете как поступить, то обратитесь за помощью к Всемогущему Богу. «Если же у кого из вас недостает мудрости, да просит у Бога, дающего всем просто и без упреков, – и дастся ему» (Послание Иакова 1:5).

Счастливых взаимоотношений Вам!

Практический психолог Ольга Чурикова
Изображение