

## Родительский университет на тему:

### «Вопросы дисциплины в семье с младшими подростками»

Дата проведения: 02.05.2024

*Мысль о том, что ребенок скоро станет подростком, у многих родителей вызывает тревогу. В этот период ребенок переходит от детства к взрослой жизни, в которой есть больше возможностей, но и больше ответственности.*

Всегда ли подростковые годы связаны с кризисом? На самом деле нет. Во многих семьях это время проходит спокойно, без резких перемен в отношениях между ребенком и родителями.

То, каким будет подростковый период – бурным или спокойным – зависит как от темперамента и характера ребенка, так и от правильно выбранной линии воспитания со стороны родителей. Сложность этой задачи заключается в том, что последним порой непросто найти баланс между любовью и дисциплиной, свободой и ограничениями. Усложняет ситуацию еще и то, что на разных этапах подросткового возраста это соотношение может варьироваться. О том, как нащупать эту грань, мы и поговорим далее.

Чему родители должны научить подростка?

Главная задача воспитания подростка – подготовка к будущей взрослой жизни. Если родители умеют находить нужный баланс между любовью и дисциплиной, свободой и ограничениями, ребенок чувствует их доброе отношение. Это дает ему чувство уверенности, снижает риск нежелательного поведения.

Тинэйджерам важно быть уверенными в том, что даже если они совершат ошибку, их по-прежнему будут любить. Молодые люди осознают, что их ценят, когда родители ставят перед ними серьезные, но достижимые цели, когда старшие не сомневаются в их способности принимать правильные решения, однако продолжают предостерегать их от отклонения с верного пути.

Большинство любящих родителей хотят, чтобы их сын или дочь никогда не попадали в ситуации, которые могут их расстраивать или причинять боль. Но подобные события неизбежны. Поэтому одно из наиболее важных качеств, которое родители могут воспитать в подростке – это умение справляться со стрессовыми обстоятельствами.

Как воспитать у подростка стрессоустойчивость?

- Обеспечивать ему необходимое количество поддержки и руководства. Иногда люди склонны думать о тинэйджерах как о «мини-взрослых», которые уже не нуждаются в заботе старших и контроле, как в более раннем возрасте. Однако подростку необходимо даже больше эмоциональной поддержки, руководства и дисциплины, чем его младшим братьям и сестрам. Недостаток внимания и помощи со стороны родителей в этот период может привести к тому, что, став взрослым, такой человек столкнется с безработицей или неудовлетворенностью работой, неудачами в личной жизни, проблемами с алкоголем или законом, сложностями со здоровьем, которые могли бы быть преодолены. В результате, не зная, как справиться со всем этим, иногда человек просто сдается, не предпринимая никаких попыток преуспеть в жизни
- В то же время, когда родители до такой степени заботливы, что почти «душат» подростка любовью, или чересчур директивны и руководят каждым его шагом, не давая возможности извлекать уроки из собственных поступков, они лишают сына

или дочь возможности развиваться и приобретать навыки решения проблем. Из-за нехватки собственного багажа практических знаний у этих ребят отсутствует уверенность в способности самостоятельно противостоять трудностям, что часто усложняет их переход к самостоятельности. Более того, чтобы преуспевать и получать удовольствие от жизни, человек должен уметь иногда идти на небольшой риск (пригласить кого-либо на свидание, попросить начальника о повышении и т. д.). Те же, кого родители чрезмерно опекали, могут бояться рисковать из страха потерпеть неудачу.

Как же родителям найти нужную линию воспитания, чтобы не впасть ни в одну из перечисленных выше крайностей? Во-первых, позвольте ребенку принимать небольшие самостоятельные решения и сталкиваться с их последствиями, даже если последние будут неприятными. Опыт часто является лучшим учителем.

Во-вторых, если подросток предпринял неверный шаг (и пострадал из-за этого), предложите ему подумать о том, как в следующий раз можно избежать данной ошибки.

Найти правильную линию воспитания, баланс между любовью и дисциплиной непросто, потому что каждый подросток уникален. Для некоторых из них лучшим учителем является собственный опыт, в то время как другие охотнее прислушиваются к советам старших. Одни очень болезненно относятся к наказаниям, а вторые не слишком к ним чувствительны. Разные тинэйджеры могут отличаться скоростью выработки навыков самодисциплины и умения извлекать уроки из своих поступков, поэтому два молодых человека одного и того же возраста могут нуждаться в разном количестве руководства и поддержки.

Основные правила и требования для подростков

В каждой семье свои традиции и представления о том, какое поведение допустимо, а какое – нет. Тем не менее, когда речь идет о воспитании подростка, родители должны установить четкие и ясные правила, касающихся следующих сфер жизни:

1. посещение школы и работа по дому;
2. обязательства, связанные с жизнью семьи;
3. режим дня;
4. общение с друзьями;
5. курение, употребления алкоголя и наркотических веществ.

Если в воспитании подростка участвуют несколько человек, им следует заранее обсудить друг с другом правила и требования. У родителей и других старших членов семьи могут быть разные представления о том, что следует разрешать, а что – нет, и о том, какие санкции должны быть применены в случае нарушений.

Посещение подростком школы и выполнение своей части работы по дому должны быть вопросами, не подлежащими обсуждению. Это означает, что данные правила устанавливаются родителями и не могут стать предметом споров или дискуссий. Все исключения из этих правил следует оговаривать заранее.

Далее взрослые должны четко дать подростку понять, какова будет их реакция, если он не пойдет в школу, не сделает работу по дому, выполнит ее с опозданием или не до конца.

Семейные традиции

Родители должны объяснить подростку, какие обязательства есть у всех членов семьи друг перед другом. В одних есть традиция собираться за ужином, в других — проводить вместе один из выходных или посещать в это время родных.

Польза от семейных посиделок может быть следующей:

- Во-первых, это воспитывает в подростке чувство преданности семье, которое он сохранит на всю жизнь.
- Во-вторых, для поддержания отношений все поколения должны иногда проводить вместе время. Сплоченность между родителями и детьми, братьями и сестрами возникает тогда, когда они часто подолгу общаются. Человеку проще справляться с трудностями, если вокруг него много людей, которым он может доверять.
- В-третьих, когда родители проводят время с детьми, те чувствуют, что их любят и ценят.
- И наконец, общение с взрослыми воспитывает в подростке привычку к вежливому и внимательному отношению к окружающим.

Обязательства членов семьи друг перед другом

Не менее важно установить правила, касающиеся времени, которое члены семьи проводят отдельно друг от друга.

Тинэйджеры часто не принимают такой контроль со стороны старших. Это сопротивление может быть снижено, если родители будут сами демонстрировать такое же поведение.

Точно также должно быть оговорено время, в которое подросток обязан возвращаться вечером домой как в будние дни, так и в выходные. Оно рассчитывается так, чтобы поздние прогулки не мешали учебе, внешкольным занятиям и отдыху.