

Если подросток вам грубит

К сожалению, эта проблема знакома всем родителям подростков. Как же советуют психологи вести себя в такой ситуации?



Не грубите и не повышайте голос в ответ

Главное правило, когда вы сталкиваетесь с грубостью подростка в ваш адрес – не грубите в ответ и не повышайте голос. Ошибка многих родителей в том, что пытаясь «поставить ребенка на место» они сами перестают контролировать свои эмоции, позволяя агрессию и грубость по отношению к ребенку. В этот момент вы становитесь отрицательным примером для ребенка, а он и дальше будет воспроизводить такую деструктивную модель поведения в любой конфликтной ситуации – дома, в школе, с учителями и сверстниками.

Поэтому, в любой ситуации общайтесь с подростком сдержанно. Если чувствуете, что начинаете «заводиться», не отвечайте на грубость сразу, а дайте себе несколько секунд успокоиться – мысленно сосчитайте до 10 или сделайте несколько глубоких вдохов.

Подросток грубит – не «на зло» родителям

Родители, сталкиваясь с резкими изменениями в поведении и грубостью своих детей-подростков, часто видят в этом появление неблагодарности, стремление сделать наперекор и назло родительской воле. Поверьте, ребенок бунтует не против вас, не против того хорошего, что вы для него сделали. Это просто свойственное данному возрасту желание самоутвердиться, добиться уважения в глазах окружающих. Ребенок пробует быть взрослым, претендует на то, чтобы общаться «как взрослый». Но его представление о том, как должен вести себя взрослый часто бывает очень искаженным, что и проявляется в форме грубости.

Объясняйте подростку, как правильно общаться

Не обижайтесь на подростка, но в то же время дайте понять, что нарушать нормы общения недопустимо. Не спешите наказывать, особенно, если впервые столкнулись с проявлением грубости. Скажите подростку о том, что вы чувствуете в связи его поведением, что вы очень расстроены.

Вам может казаться, что подросток сам прекрасно понимает, что именно сказал и сделал не так. Но в том-то часто и дело, что не понимает! Поэтому важно общаться с подростком, объяснять ему правила поведения в соответствии с его новой, «взрослой» ролью.

Обсудите с подростком его поведение, но не в форме нотаций, а так, чтобы подтолкнуть его самостоятельно сделать вывод о недопустимости грубости в общении. Можете спросить, что бы он сам почувствовал и как сам поступил на вашем месте.

Подросток остро ощущает потребность в признании и уважении – покажите, что цените его и уважаете его точку зрения, но требуете такого же уважительного поведения и с его стороны.

Подробнее: <http://www.kakprosto.ru/kak-868558-esli-podrostok-vam-grubit#ixzz3btDcrOf9>