

Советы психолога:

Что делать с неуправляемым подростком?

Советы психолога помогут понять, что нужно делать, чтобы отношения родителей и подростков наполнилось доверием и взаимопониманием, и в чём кроется причины подростковой неуправляемости. Надеюсь, каждый из вас найдёт для себя много полезного. Итак, начнём:

- Каким бы безнадежным он вам не казался, не ставьте на нём крест. Его социальная позиция и обострённое самолюбие – всего лишь **результат переходного возраста**, который закончится. Этот период сложный. Противоречия с родителями бывают у всех в этом возрасте.
- **Любите его таким, какой он есть**, а не каким бы вы хотели, чтобы он был.
- **Увидьте в нём всё самое лучшее** и опирайтесь на это в воспитании, всегда верьте в его возможности.
- Чтобы его легче было понять, **поставьте себя на его место**, загляните в его чувства и мысли.
- Старайтесь создавать все **условия для того, чтобы он проявлял свою успешность**. Делайте всё для того, чтобы он ощущал себя умелым, удачливым, сильным.
- **Никогда не унижайте и не оскорбляйте подростка**, особенно в присутствии сверстников.
- **Будьте не только принципиальными, но и самокритичными**. Это укрепит доверие подростка, и он будет делиться с вами всеми переживаниями и неприятностями.
- **Будьте для него добрым другом и мудрым советчиком**.

Причины подростковой неуправляемости

1. **Нехватка внимания со стороны родителей** (не надзор или контроль!!!), если непослушание – единственный способ добиться его, то он будет делать это. Если взрослые забывают о нём, не дают ему возможности заявить о себе, то он сделает всё, чтобы привлечь к себе их внимание. Он борется за самоутверждение. Это война многочисленным указаниям, замечаниям, опасениям родителей. Он требует, чтобы вы ему доверяли, и многие проблемы хочет решать сам, ошибаясь и принимая решения. Он не сможет опираться на ваш

жизненный опыт всю свою жизнь, тем более что его судьба и опыт всё равно будут отличаться от ваших.

2. Бывает и так, что подросток неуправляем, потому что **мстит** из-за следующих обстоятельств:

- из-за постоянных **нелестных для него сравнений** с другими детьми или младшими/старшими братьями/сёстрами.
- **из-за неверия** в его возможности и способности;
- **за унижение** родителями и родственниками;
- **за потерю** в случае развода одного из родителей;
- за то, что **в семье появился кто-то** более важный, чем он сам;
- за **несправедливое к нему отношение** и невыполненное взрослыми обещания;
- **за ложь и хамелеонство родителей** (говорят одно, а на деле другое);
- **за то, что взрослые позволяют себе** при нём чрезмерно демонстрировать любовь друг к другу.

3. Он может быть неуправляем и по причине **неверия в свой успех**.

Для него показателем этого являются:

- **плохие оценки в школе**, независимо от тех усилий, которые он затрачивает на их получение;
- **низкая самооценка**, которая поощряется взрослыми;
- **не складывающиеся взаимоотношения** со сверстниками;
- **откровенная изоляция от подростка** (отвезли в другой район, город);
- **отсутствие возможности** проявить свои способности, умения, возможности (невозможность заниматься по его интересам-секции платные).

4. Постарайтесь выяснить причину такого поведения с помощью наводящих вопросов, внимательно следите за реакцией, она расскажет вам больше, чем он. Поняв настоящую причину, спросите чем вы можете помочь или что изменить. Совместно найдите пути решения. Расскажите отвлечённую (не по теме), но интересную историю из своей жизни. Как общение с близкими помогает во многих сложных жизненных ситуациях.

Говорите детям, что **вы их любите не за что-то, а потому что он ваш СЫН или ДОЧКА.**

* * *