

12 - 16 лет - подростковый возраст

Тело подростка активно трансформируется, нужны силы на принятие себя, построение отношений со сверстниками, которые тоже переживают гормональные бури. В то же время подросткам нужно больше времени, чтобы побыть в одиночестве, отношения с родителями меняются до неузнаваемости, отстаиваются новые свободы. Начинается сепарация: отделение себя от родительской семьи, появление тайн. Кроме всех этих задач возникает еще вопрос профессионального выбора: «Кто я?», «Кем я хочу стать?».

Подростки хотят, чтобы их мнение учитывалось, к ним относились на взрослом уровне. Акцентируйте на договоренностях, делегировании / перераспределении ответственности. Уважайте их приватность и не вмешивайтесь в личное пространство.

- помните, что подросток нуждается в Вашем участии, но уже в качестве партнёра, поэтому разговаривайте с ним на равных, в том числе совместно планируйте семейный бюджет, способ проведения досуга и пр.;
- выделяйте деньги на карманные расходы;
- в конфликтных ситуациях высказывайтесь после ребёнка, причём выслушивайте его, а не просто слушайте, что и как он говорит;
- объясните, что поступки, как правило, влекут за собой последствия, поэтому надо соотносить одно с другим;
- учите ребёнка достойно переносить огорчения, неприятности и потери, разъяснив необходимость тех или иных ограничений, в том числе в семье;
- будьте бережны к зарождающимся чувствам, подчеркните необходимость взвешенного выбора друзей и подруг.

17 - 21 год - юность

Это период новых социальных ролей, своего места в социуме, бунта и максималистских требований к себе и миру. Начинаются эксперименты, попытки найти вторую половинку, поиск собственного жизненного пути.

Юноши и девушки формально уже не находятся в детстве. В это время важно, чтобы родители просто были, не мешали и верили в силу юности. Чтобы были равнодушными, подсказывали идеи развития, но не давали пустых обещаний.

Будьте авторитетом!

Ребенок, которому с детства знакомо чувство радости и удовлетворения от совместного общения, который всегда ощущает поддержку и понимание, интерес и внимание родителей к своей персоне, всегда будет считать своих родителей самыми авторитетными друзьями, слово которых – совсем не закон, а просто надежный совет человека, чье мнение имеет особую ценность, человека, которому доверяют.

ОСОБЕННОСТИ ОБЩЕНИЯ С ДЕТЬМИ РАЗНОГО ВОЗРАСТА



*рекомендации для
родителей*

От рождения до года - младенчество

Основные потребности младенца заключаются в безопасности, уходе, тактильном и эмоциональном контактах. Родители в это время, общаясь с ребенком через телесную связь, голос, удовлетворяя его базовые потребности, являются для малыша прежде всего средством выживания. Если в этот период жизни научиться слушать обнимать ребёнка, играть с ним – это незамедлительно отразится на его развитии.

От одного до 3-х лет - раннее детство

Ребенок начинает осознавать свою автономность, понятие «мы» трансформируется в «я»: начинается психологическая самостоятельность ребенка. Он учится делать что-то самостоятельно (ходить, есть, одеваться). Нужно поддерживать ребенка в его стремлении к самостоятельности. Старайтесь всегда признавать важность эмоций своего малыша, как положительных, так и отрицательных, и ни в коем случае не обесценивайте детские переживания.

От 3-х до 6-ти лет - детство

Дети становятся «почемучками», активно исследуют окружающий мир. Они примеряют на себя различные роли, имитируют, копируют, испытывают различные поведенческие стратегии. Родители должны поощрять познания и игровую активность, отвечать на вопросы «почемучек», опекать, но и поощрять к самостоятельности.

- помогайте ребёнку всё делать самому;
- проявляйте отзывчивость к его идеям;
- откладывайте свои дела и внимательно слушайте, как только у него появляется желание с Вами поговорить;
- предоставляйте ему свободу, но учите считаться с интересами окружающих.
- наблюдайте за играми ребёнка и не отказывайтесь участвовать в них.
- на все вопросы, даже «неудобные», отвечайте честно и откровенно.

6 - 8 лет - младший школьный возраст

Ребенок учится подстраиваться под мир других людей, структур, требований систематического обучения. Это период построения дружеских отношений, потребности быть принятым, особенно среди сверстников.

Ребенку уже многое можно объяснить на сознательном уровне. Не запугивайте их процедурами или последствиями болезни, а объясните целесообразность и пользу лечения. Ребенок нуждается в родительской любви и поддержке в освоении неизвестных навыков, необходимых для социальной адаптации.

9 - 12 лет - ранний подростковый возраст

Активизируется процесс полового созревания. Роль сверстников становится еще более важной, потребность принадлежности к социальным группам растет. Гормональные изменения могут способствовать появлению тревожности, эмоциональной нестабильности, сомнения в себе, отстранения

Детям среднего школьного возраста важно быть в контакте с друзьями. Не обижайтесь, если вашей поддержки им недостаточно, а сделайте так, чтобы дети не чувствовали себя оторванными от сверстников. Есть потребность в трактовке внезапных эмоциональных бурь и телесных трансформаций, которые скоро наступят. Это формирует основу доверия к родителям, веры в то, что есть к кому обратиться за поддержкой, поделиться переживаниями.

- узнайте имена и номера телефонов одноклассников и друзей ребёнка, познакомьтесь с их родителями;
- аргументируйте свои требования к ребёнку, предъявляя их в форме «что вы ожидаете от ребёнка, а не то, чего вы не хотите»;
- обсуждайте с детьми проблемы взаимоотношений между представителями разных полов, показывайте значимость ласкового отношения к супругу на собственном примере.