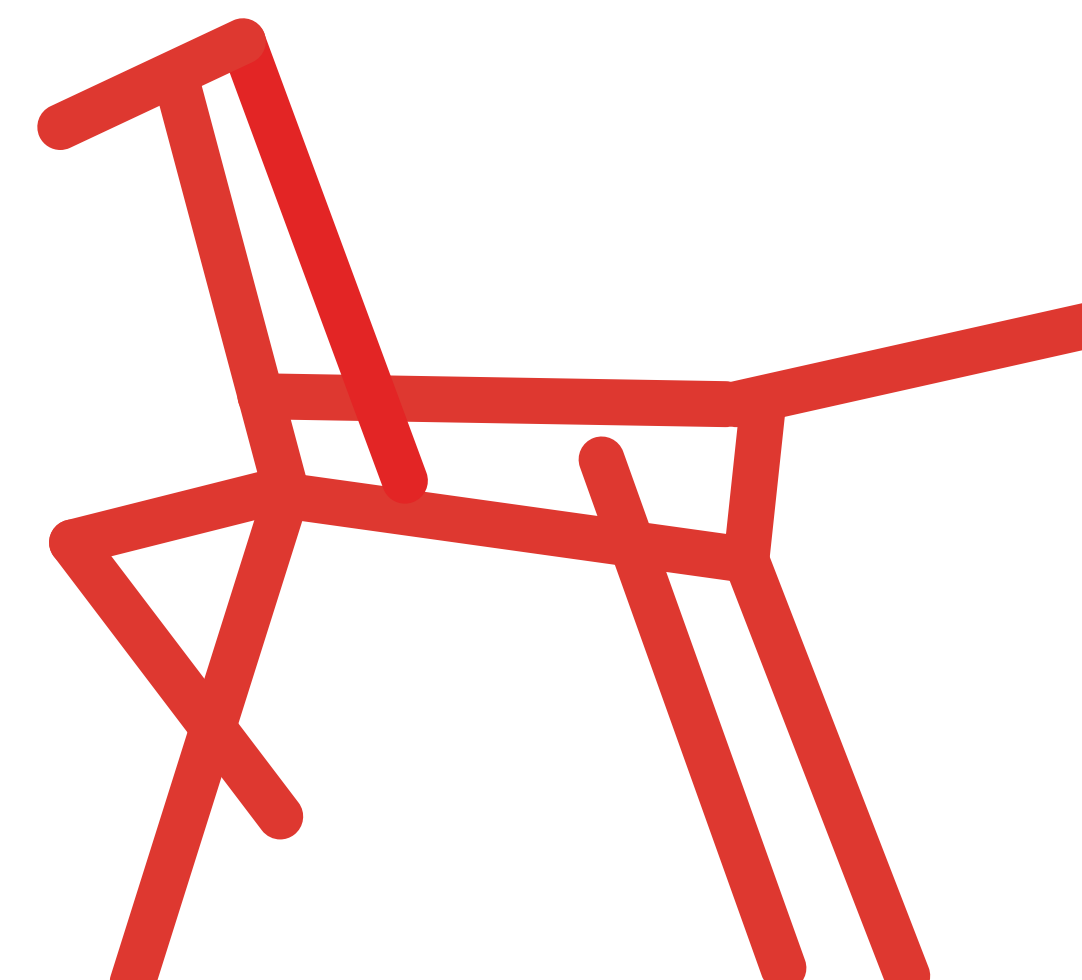


АЗБУКА СЧАСТЛИВОЙ СЕМЬИ.

Урок 5.3 Для чего меняются отношения родителей и детей?



Программа «Азбука счастливой семьи»

www.azbukasemi.ru

**Развитие
родительской
осознанности**



Блоки программы:

- Семейная система
- Привязанность
- Детские психологические травмы
- Трудное поведение
- Взросление и сепарация детей



Развитие происходит постепенно

Физическая сепарация (роды)

Кризис трёхлетнего возраста («Я сам»)

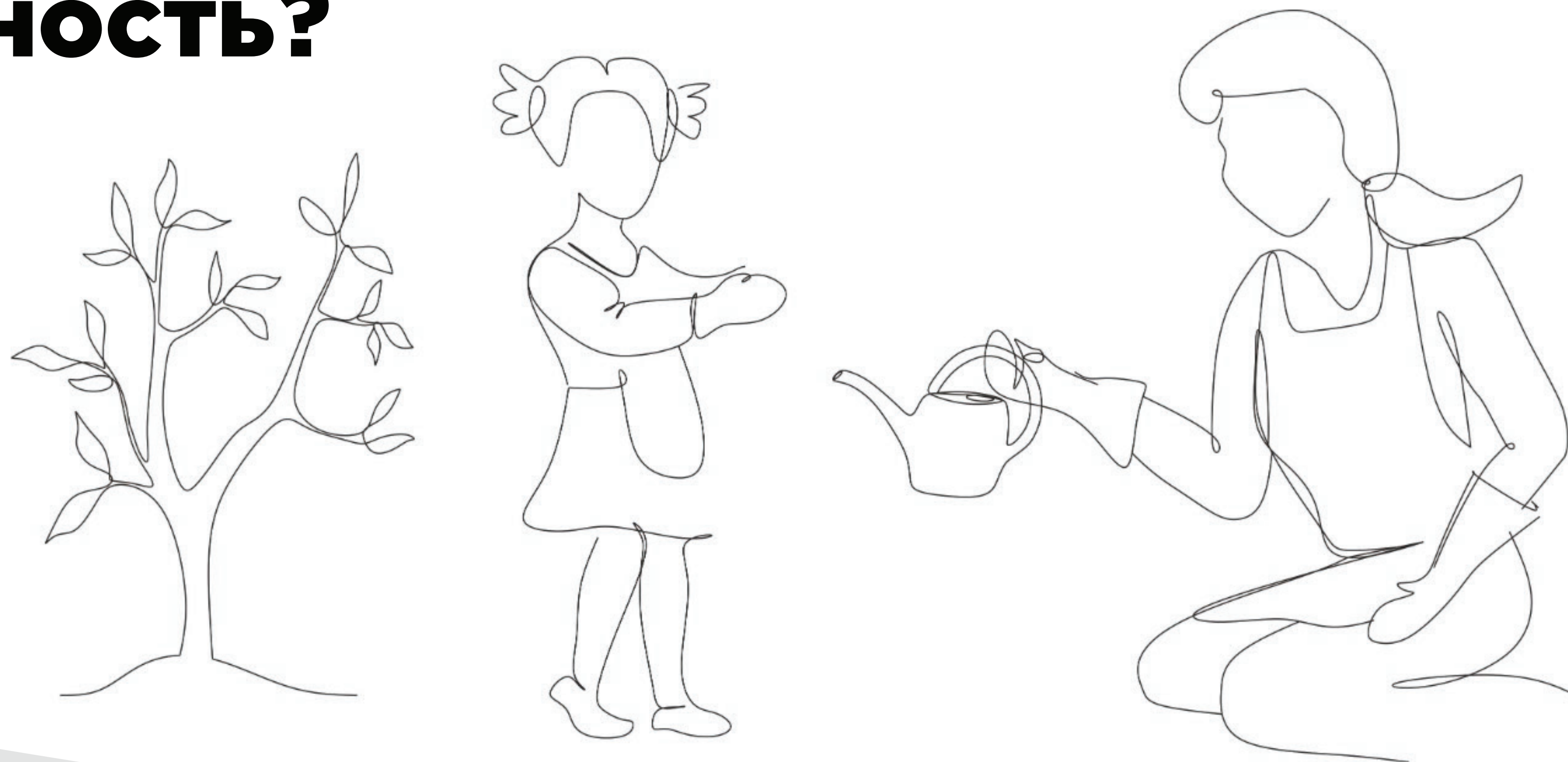
Кризис 7 лет (выход в социум)

Подростковый возраст (поиск себя)

Сепарация — это не один момент, но цепочка из разных этапов с разными задачами и возможностями. Когда мамам и папам кажется, что их ребёнок мал, они крадут годы его жизни, время и возможности.

Как передать ребёнку ответственность?

Передать ребёнку ответственность за него самого страшно, эта необходимость рождает у родителей много тревог. Но рано или поздно, а лучше бы вовремя, нам придётся это сделать.



Как подростки воспринимают контроль?

«Они все время следят за мной»

«Они стоят у меня над душой»

«Они считают меня ребенком»

«Они всегда меня достают»

Подросткам могут помочь спокойные объяснения и наша способность поделиться своими чувствами, тревогами, переживаниями. А также прямые просьбы давать короткие ответы на сообщения, просьбы, вопросы, чтобы избежать чрезмерного роста нашей тревоги.



Позволить подростку себя найти?

Снижение контроля родителей

Принятие подросткового эгоизма

Вера в подростка

Время, чтобы «проросли семена»

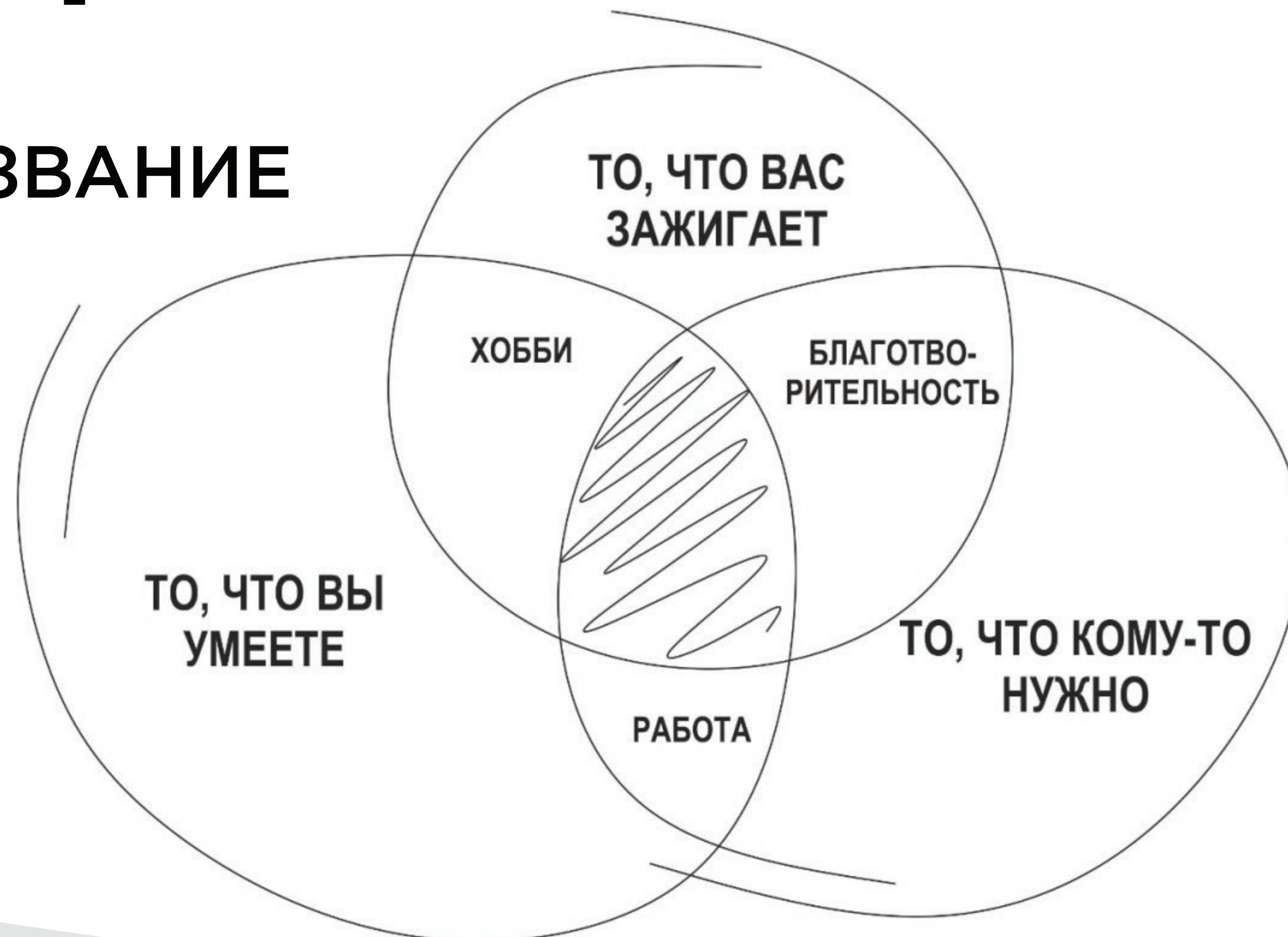
Сохранение отношений

Сепарация и выход в собственную жизнь возможны только тогда, когда к этому готовы родители. Если они не в состоянии отпустить выросшего ребёнка, он не будет способен построить свою жизнь сам.



Как увидеть своё призвание?

ВАШЕ ПРИЗВАНИЕ



Нужно признать тот факт, что мы отстаём от детей ровно на тот возраст, в который произвели их на свет. Самое мудрое, что могут сделать родители в этой ситуации — не навязывать свою точку зрения.

Кто такие кидалты и откуда они берутся?

**КидАлты =
kid (ребёнок) + adult (взрослый).
Полувзрослые — полуподростки.**

Если важная работа — принятие на себя ответственности и поиск идентичности и своего призвания — не будет хотя бы запущена в подростковом возрасте, человек рискует остаться незрелым на всю свою жизнь.



Памятка для родителей

Как выстраивать новые отношения с подростком

- 1.** Относитесь к подростку как ко взрослому человеку.
- 2.** Давайте старшим детям все больше свободы и ответственности.
- 3.** Исключите контроль за каждым шагом подростка.
- 4.** Будьте деликатны, задавая подростку вопросы.
- 5.** Примите эгоизм подростка как особенность возраста (он сосредоточен на себе).
- 6.** Верьте в вашего подростка, что бы ни случилось.
- 7.** Дайте подростку время для взросления.
- 8.** Помните о важности надежных и безопасных отношений в семье.

Главная мысль урока

Из нашего дома в самостоятельную жизнь должны выйти осознанные личности, уникальные люди. Не марионетки и не роботы. Как любой процесс отделения — роды, кризис трехлетнего возраста и далее, — это больно. Но совершенно необходимо.



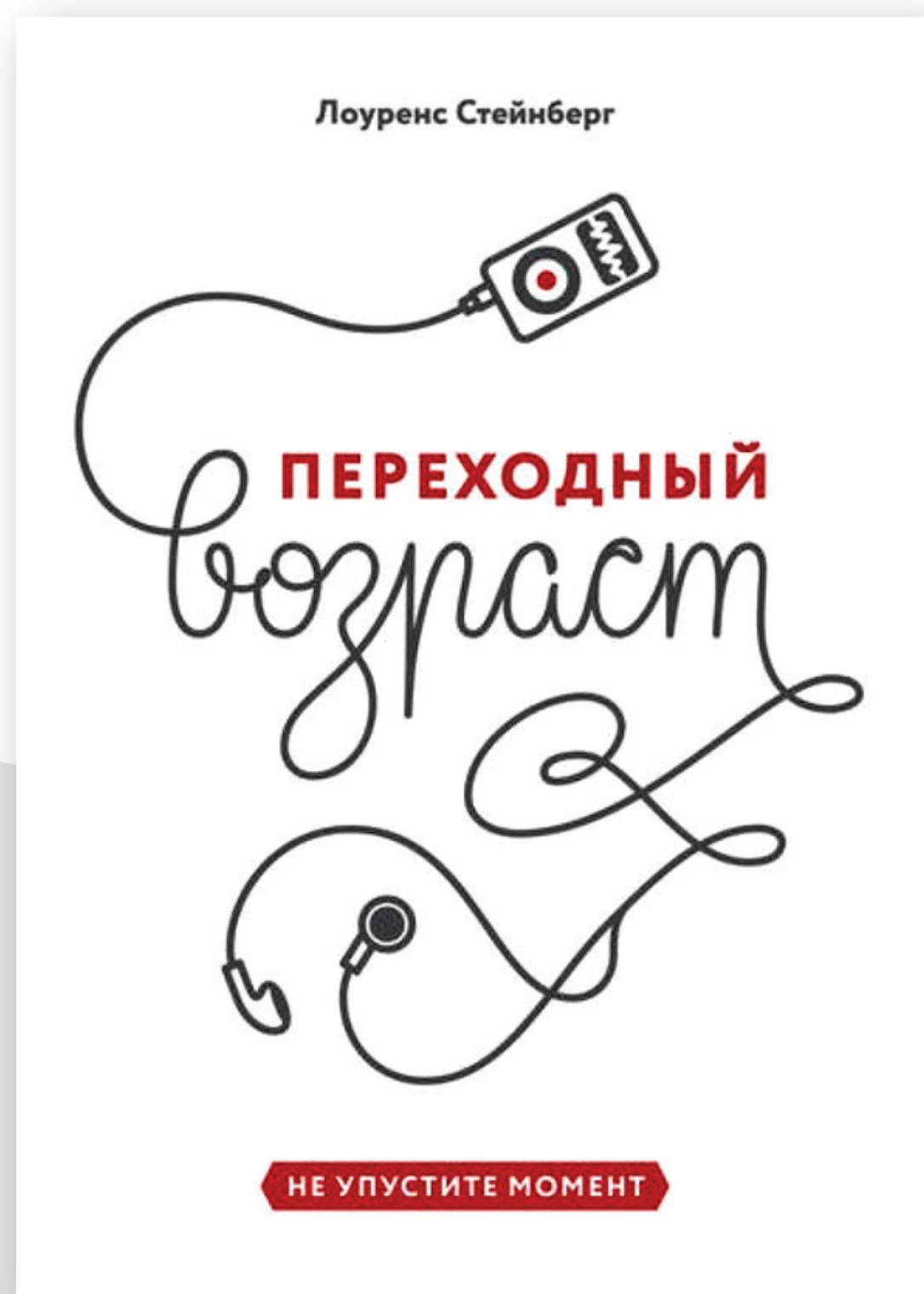
Упражнения на дом

- 1.** Всякий раз, когда услышите от подростка что-то неприятное, не отвечайте сразу, возьмите паузу.
- 2.** Вспомните об особенностях и трудностях подросткового возраста. Подумайте о том, что ваш ребенок не хотел вас обидеть, но не сумел справиться с чувствами.
- 3.** Скажите ему: «Мне неприятно (больно, досадно), когда со мной так разговаривают. Я сейчас очень расстроен и мне нужно время». Вернитесь к разговору, когда будете к этому готовы.



Список литературы

Раздел «Библиотека» на azbukasemi.ru



«Библиотека»
на azbukasemi.ru

”

Судьбы мира вершатся в детских. Именно там решается, станут ли завтрашние мужчины и женщины душевно здоровыми людьми доброй воли или искалеченными индивидами, пользующимися каждым случаем, чтобы осложнить жизнь своим ближним.

Астрид Линдгрен

АЗБУКА
СЕМЬИ



ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ ДЕТСТВА,
СЕМЬИ И ВОСПИТАНИЯ
РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ
ОБРАЗОВАНИЯ