

Информационный лист: «Советы родителям-как интересно провести время с подростком»

В возрасте от 12-16 лет подростками движет юношеский максимализм, они чувствуют себя бунтарями и не считают мнение родителей авторитетным. В это время многие мамы и папы жалуются на то, что не могут найти общий язык со своим ребенком. Сын/дочь, с которыми вы раньше ладили, желают быть независимыми, а все ваши увлечения это “скукота”. Стандартная ситуация для подростков, но важно не упускать момент и перебороть это отчуждение. Иначе есть вероятность, что в будущем вы вообще станете чужими друг другу людьми.

Как провести свободное время с ребенком?

Настольные игры

Монополия - стратегическая игра для двух и более людей. Цель игры остаться единственным не обанкротившимся человеком. Такая игра хорошо развивает логическое мышление и учит детей финансовой грамотности.

Если вы хотите провести интеллектуально время со своим ребенком, то лучше игры чем шашки и шахматы, вам не найти. Они развивают логику, учат самостоятельности и показывают важность планирования.

Рассматривание семейных фотографий

Поход (поездка в другой город к родственнику, друзьям...)

Спорт

Музыка

О вкусах не спорят, поэтому постарайтесь понять, почему ребенку нравится тот или иной исполнитель. Было бы здорово, если бы вы нашли исполнителя, который нравился бы вам обоим

Чем заняться с сыном?

Если вы делаете первые шаги на пути к общению с сыном-подростком, то предлагаем зайти с мужской стороны. Предложите вашему бунтарю заняться

можно предложить выходные провести за разбором машины, поменять в ней масло, свечи и другие механизмы.

Любите футбол, баскетбол или теннис, так объясните правила игры и у вас найдется верный компаньон, который будет смотреть с вами матчи или же кричать лозунги на стадионе. Конечно, есть и девочки, которые все это дело любят и одобряют, поэтому папа может и дочь приучить к таким увлечениям.

ЧЕМ ЗАНЯТЬСЯ ДЕВОЧКЕ ПОДРОСТКУ?




Мамы девочек, скорее всего, всегда мечтали о совместном шопинге, прогулках по городу и посещении салонов красоты. Если ваша девочка любит все эти “девчачьи штучки”, то это ваш шанс стать ближе. Не бойтесь предлагать и быть отверженной. Может ребенок предложит вам свой какой-то вариант активности или вы придумаете вместе.

Чем занять подростка вечером?

Родители после тяжелого рабочего дня не сильно хотят активничать, поэтому ищут способы, как развлечь подростков, не выходя за пределы квартиры. У нас есть несколько идей на этот счет:

Совместное приготовление ужина.

Семейные будничные вечера, в большинстве случаев, происходят следующим образом. Мама шерстит на кухне, папа лежит на диване, а подросток уставился в компьютер. Каждый при деле, но не вместе. А весь вечер можно провести всем вместе за приготовлением совместного ужина, совместить приятное с полезным. Спросите у своего подростка не хочет ли он приготовить какое-нибудь интересное блюдо. Если ответ положительный, то подключайте в процесс отца. Сын/дочь чистит овощи, глава семейства все режет, а мама все варит. За этой семейной идиллией можно наблюдать вечно. За то время пока все тушится и жарится можно столько всего обсудить.

-  Киновечер.
-  Съездить в развлекательный центр.
-  Бассейн.

Можно найти и другие способы совместной деятельности с подростками. Благодаря совместной деятельности ребенок откроется вам с новой стороны, а вы для него. Не стесняйтесь экспериментировать и фантазировать, казаться нелепыми и смешными. Главное помните, какую цель вы преследуете и ради кого идете на все эти эксперименты.

Педагог-психолог Медведева Л.В.