

Отпустите детей от соцсетей, от той грязи, вранья и мерзости, которую транслирует общество взрослых при умолчании государства, и сами они жизни научатся, а теперь семинары и форумы: "Что делать".

Вы обозначили действительно актуальную и важную проблему на сегодняшний день. Мы разделяем Вашу озабоченность обилием некачественного, опасного контента для современных подростков в сети интернет. Что могут делать в этой ситуации родители? Прежде всего, задача взрослого - повысить интерес ребенка к реальной жизни, помочь ему определиться с выбором кружка, студии, секции, той сферы деятельности, где он мог бы себя реализовать, получить яркие впечатления, приобрести реальных, а не виртуальных друзей, расширить свои возможности проведения интересного досуга. С другой стороны, мы считаем, что интернет может быть полезным и развивающим. Главное - контролировать сайты, социальные группы, категорию игр, в которые играет ребенок, контролировать время, проведенное в сети интернет. И, конечно, нам, взрослым, нужно следить за собой: самим не увлекаться гаджетами, находить время для содержательного общения с членами семьи.

Полагаем, взрослые должны обсуждать с детьми, что можно делать в социальных сетях и чего нельзя. Следует, на наш взгляд, вырабатывать «семейные правила» использования интернета. Ориентируясь на них, ребенок будет знать, как поступать при столкновении с негативным контентом.

Если, как вы говорите, работать с упором в определённом направлении, то не станет ли хуже?

Социально-психологическое тестирование позволяет выявить сильные стороны личности, то есть ресурсы, на которые подросток опирается в жизни. Кроме того, можно узнать и о проблемных зонах – чертах, которые могут осложнять общение с окружающими или затруднять преодоление стрессовых ситуаций, и которые он может в дальнейшем компенсировать или корректировать. При таком подходе вреда не будет. Школьный психолог по результатам тестирования разрабатывает план мероприятий, продумывает индивидуальную работу с подростком, дает рекомендации родителям (законным представителям) и педагогам.

Как быть с ребёнком подростком, если у него нет желания ни учиться, ни делать какие-либо дела, нет ценности учебы. Целыми днями сидел бы в интернете.

Для начала необходимо обратиться к школьному психологу либо в центры психологической помощи.

Необходимо понять, по какой причине подросток уходит от реальности. Причины могут быть разные: избыток школьной нагрузки, социальные проблемы, сложности в личных отношениях.

Чтобы вырасти, выстроить себя, подростку нужна «ширма», отделяющая его от родителей. За ней его нельзя разгадать, и тогда его «Я», недостижимое для чужих мнений, сможет созреть, опираясь на собственный опыт, собственные решения и ошибки.

Родителям необходимо проанализировать свой тип поведения и помнить, что для подростка важно:

- Чувствовать себя самостоятельным, взрослым. Ему важно, чтобы старшие воспринимали его как равного. Покажите своему ребёнку, что верите в его собственные силы. Помогайте ему, только если он просит, и даже тогда не предлагайте готовых решений.
- Быть успешным, компетентным и по достоинству оцененным. Не следует сравнивать его достижения с результатами более успешных сверстников, чтобы не вызвать ревность и не понизить его самооценку.
- Ощущать поддержку родителей, знать, что они верят в его силы, возможности. Не критикуйте подростка в присутствии третьих лиц. Свои претензии высказывайте наедине и конструктивно. Фразы вроде «ты никогда ничего не добьёшься» никак не способствуют учебной мотивации, в то время как утверждения типа: «у тебя получится!», «ты способный, тебе стоит только постараться, и ты с любой задачей справишься».
- Видеть положительный пример взрослых, умеющих справляться с трудными жизненными ситуациями. Если вы хотите, чтобы он стремился к успеху, регулярно уделяйте внимание собственному развитию.

Быть активными только тогда, когда они этого хотят? Когда они не хотят ничего говорить, нужно ли добиваться ответа?

Здесь важно проследить, с чего начинается общение с подростком? С каких слов и с каких вопросов? Про школу, про учебу? Или же про то, как прошел его день, какие успехи в его личных достижениях и увлечениях?

Существует несколько стратегий общения родителей и детей (дополнительную информацию можно получить по ссылке <https://дом-родословия.рф/blog/chto-takoe-semejnye-tradicii>)

Сделайте общение веселым

Разнообразьте приятные способы общения с подростком, чтобы не ограничиваться нотациями и решением проблем. Для семьи это могут быть

пешие прогулки, катание на лыжах или настольные игры. Многие из лучших разговоров возникают естественным образом, когда вы заняты чем-то вместе.

Избегайте психологического давления

Не заставляйте подростка чувствовать давление, заставляя его стоять перед вами или сидеть, как на экзамене. Вместо этого подходите к важным темам, когда вы вместе заняты общим делом, например, моете посуду, выгуливаете собаку или едете в машине, вы не смотрите друг на друга, поэтому это менее напряженно.

Пользуйтесь перерывами

В наши дни подростки так заняты, что с ними трудно проводить время с глазу на глаз. Но когда футбольный матч закончился или школьный концерт подошел к концу, у вашего ребенка может быть небольшой перерыв в безумной активности. Это прекрасная возможность для общения. Пригласите ребенка пообедать, купить новую обувь или потренироваться вместе. Ищите возможности вписаться в этот свободный перерыв, где есть только вы двое, и где вы можете небрежно болтать о том, о чем они думают.

Попробуйте волшебные слова.

Не «спасибо» и «пожалуйста»; волшебное слово для разговора с вашим ребенком - «интересно». Если ваш подросток говорит вам о том, что над ним издеваются в школе или боится, что он не справится с контрольной по химии, не поддавайтесь искушению вмешаться и решить проблемы за него или сказать ему, что он должен делать. Вместо этого попробуйте сказать: «Интересно, что ты собираешься с этим делать?» или «Интересно, как ты сможешь с этим справиться?»

Обсудите важные вопросы за обедом

Семейные обеды должны быть местом, где происходят интересные дискуссии. Беседа может поддерживать интерес ваших подростков, если вы правильно общаетесь: без нравоучений, нотаций, упреков.

Соблюдение семейных традиций

Семейные обычаи – это не обязательно что-то грандиозное и масштабное. Даже скромные еженедельные ритуалы, которые заведены в том или ином союзе, можно считать традицией. Например, уборка по субботам, совместный завтрак в воскресенье утром или просмотр вместе с детьми мультфильмов по пятницам.