

## **Рекомендации по организации конструктивного общения с подростками**

Общаясь с подростком, выстраивая взаимоотношения с ним, взрослые часто допускают ошибки, последствия которых могут принести вред не только межличностным отношениям, но и отразиться на всей будущей жизни молодого человека. Среди таких ошибок использование привычных воспитательных клише, которые взрослые используют, не задумываясь над тем, как их воспринимает ребенок:

«А вот мы в вашем возрасте...»;

«Ты думаешь, что только у тебя есть какие-то проблемы. Все это ерунда!»;

«Потому, что Я так сказал!»;

«Да почему же ты не можешь быть похожим на...»;

«Маленький еще, вырастешь – узнаешь»;

«Не лезь не в свое дело»;

«Тебя это не касается»;

«Лучше бы об учебе думал»;

«Мне и без тебя сейчас тяжело, а тут ты еще со своими проблемами».

Часто употребляя эти фразы, взрослые отвергают, отталкивают от себя детей, выстраивая стену непонимания.

Для установления доверительных отношений с детьми, имеющими риск формирования деструктивного

поведения, необходимо освоить приемы и способы, позволяющие пробиться через коммуникативные барьеры: агрессию, замкнутость, ложь. Необходимо потратить немало времени и сил на установление доверительного контакта с ребенком. Уровень открытости подростка напрямую связан с ощущением собственной безопасности. До этого диалог невозможен. Ребенок будет молчать, огрызаться, лгать или демонстрировать другие формы защитного поведения, пока не почувствует, что перед ним именно тот взрослый, который не нарушит его безопасности.

Для того чтобы процесс общения оказался более эффективным, желательно овладеть **техниками активного слушания** (Таблица на развороте).



## Психологическая азбука для родителей

# Как построить общение с подростком: ТЕХНИКИ АКТИВНОГО СЛУШАНИЯ



Школьная служба ПТТМС сопровождения  
МОУ «Средняя общеобразовательная школа №2  
с углубленным изучением математики»  
г. Каргополя  
2021 г.

