

ПОМОЩЬ ПСИХОЛОГА В ФОРМИРОВАНИИ И КОРРЕКТИРОВКЕ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКОВ

Если у вас не получается эффективно влиять на своего ребенка, вас беспокоит его поведение сейчас, если проблемы подростка заставляют вас серьезно задуматься о том, что это может привести к еще большим проблемам личности в будущем - вам необходимо прийти на консультацию к психологу.

В результате вы:

- Научитесь справляться со своей тревогой, агрессией, поведением, негодованием, чувством вины и отчаяния.
- Поймете, что творится с вашим мальчиком или девочкой подростком и каковы истинные причины такого поведения
- Сформируете четкое представление о том, какие изменения должны произойти в ваших отношениях и что для этого требуется.
- Узнаете эффективные способы разрешения проблем и конфликтов и научитесь их использовать.

Как привести подростка к психологу

Подростка 14-15-16 лет, мальчика или девочку уже нельзя привести к психологу за руку просто потому, что вы так хотите. (К слову, подросток с 14 лет может прийти к нам уже самостоятельно). Его психология крайне уязвима в этом возрасте и может неправильно отреагировать на происходящее.

По статистике отказов от контакта с психологом, у трудных подростков в несколько раз выше, чем у детей или взрослых. Часто ребёнок, не осознавая должным образом, что такое психологическая помощь, боится подобных визитов. Его мучают вопросы «а не псих ли я», «не будут ли смеяться надо мной мои друзья, если узнают», «родители с помощью психолога хотят залезть мне в душу, узнать то, что я не хочу им говорить ни при каких обстоятельствах», «родители пытаются подчинить меня своей воле, навязать свое мнение с чужой помощью». Соответственно подросток воспринимает психолога в штыки и не собирается обсуждать с ним свои проблемы, поведение, характер или агрессию.

Перед первой консультацией мы хотим дать вам несколько рекомендаций:

Уважайте личность подростка и считайтесь с его мнением – обсудите с ним вариант обращения к психологу прямо и искренне. При этом старайтесь не сопоставлять какие - то негативные моменты в поведении подростка с этим визитом, избегайте приказного и повышенного тона. Например, «Сегодня мы идем в психологическую консультацию, потому что ты отвратительно себя ведешь и тебе наплевать на нас! Пусть тобой займется врач!» Поверните ситуацию так, что вы делаете это для того, чтобы изменить отношения со своим ребенком к лучшему, прервать затянувшийся конфликт, который мешает всем жить и избежать их появления в дальнейшем.

Расскажите подростку о конфиденциальности психологической помощи. Он должен знать, что его проблемы и поведение не станут достоянием общественности.

Пообещайте, что если он в следующий раз будет категорически возражать против таких консультаций, то родители не станут настаивать.