

## **КАК ПОДГОТОВИТЬ ПОДРОСТКА К ПОЯВЛЕНИЮ НОВОГО ЧЛЕНА СЕМЬИ?**

Родители часто задаются вопросом, как подготовить своего подростка к появлению нового члена семьи, чтобы выстроить дружеские взаимоотношения между ними и в дальнейшем они были друг другу поддержкой и опорой, а не жили в состоянии обиды и конфронтации.

Следует отметить, что подростковый возраст - один из самых сложных периодов в жизни взрослеющей личности. Появление нового члена семьи в этот период может восприниматься как положительно, так и отрицательно. Подростком это может быть воспринято как предательство по отношению к нему. Это происходит из-за потери внимания со стороны родителей.

### **К чему может привести невнимание родителей к подростку?**

Родительское невнимание может привести к появлению вредных привычек, к противоправным деяниям, демонстративному поведению, к изменению цвета волос и прически, наличию татуировок и пирсинга, максимально вызывающей одежды и многому другому.

В психологическом плане подростки, лишённые внимания матери и отца, часто не умеют себя любить, потому что не знают, как это делать. Любовь к своей личности формируется у ребенка тогда, когда он видел, как это делают родители - с помощью внимания, заботы, общения и поддержки. Если ребенок был этого лишен, то у него нет опыта того, как следует ценить себя и уважать. Любовь к себе в таких случаях не формируется. В дальнейшем это приводит к развитию неуверенности, формированию психологических комплексов, низкой самооценке. В последствие такие подростки не умеют защищаться даже тогда, когда становятся взрослыми.

### **Что необходимо делать для формирования позитивного отношения подростка к новому члену семьи?**

- Вначале необходимо поговорить с подростком об увеличении семьи. Стоит так же убедиться, что подросток понимает свою значимость в семье. При необходимости дать ему понять, что родители одинаково будут любить обоих детей.

- При необходимости, если подросток переживает, что с появлением малыша он будет чего-то лишён, то стоит его успокоить и найти оптимальное решение по данному вопросу. Если все же придется чем-то делиться, то стоит выделить, какие бонусы будут у подростка.

- Объяснить, что он всегда может обратиться за помощью к родителям, если у него возникнет трудность.

- Заранее обговорить и закрепить за подростком обязанности по уходу за младенцем, адекватных его возрасту. Но ни в коем случае не лишать его возможности общаться со сверстниками.

- Необходимо уделять внимание подростку, разговаривать с ним на его личные темы, делиться жизненным опытом. Интересоваться, чем увлечен подросток, кто его друзья, тем самым создавая благоприятные условия для доверительных отношений. Оказывать искреннюю поддержку в затруднительных для подростка ситуациях.

- Важно быть благодарным подростку за любую оказанную помощь, как до рождения ребенка, так и после, — это будет способствовать созданию дружеских взаимоотношений между братьями и сестрами.

Важно понимать, что выстраивание здорового микроклимата в семье — это забота обоих родителей. Если допущены ошибки в воспитании, которые привели к изменениям в поведении подростка, необходимо обращение за психологической помощью.

В Службе консультационной поддержки родителей «Семейный навигатор» Вы можете получить квалифицированную психолого-педагогическую помощь, записавшись на бесплатную консультацию к специалисту по телефону: 32- 35-90.

© Рязанцева Екатерина Алексеевна