

Если у подростка неприятности. Если у подростка неприятности дома или в школе или он был задержан полицией, он должен знать, что родители ему всегда помогут. Несмотря на то, что вы открыто выражаете неодобрение по поводу того, что сделал ваш ребенок, он должен знать, что вы его любите и хотите помочь в решении его проблем.

Как получить дальнейшую информацию и помощь. В некоторых районах проводятся занятия на разных языках для родителей. Узнать об этом можно в ближайшем центре общественного здоровья. В некоторых школах организованы группы поддержки для родителей из неанглоязычной среды. Очень многие родители сталкиваются с проблемами подросткового возраста, и многим помогает совет специалиста, который понимает проблемы родителей и подростков. Ближайший центр общественного здоровья может направить вас к такому специалисту. Вы также можете позвонить в "Parent Line" по телефону 13 2055 с 9.00 до 4.30 с понедельника по пятницу. Это конфиденциальная телефонная служба для родителей, у которых есть дети в возрасте от 0 до 18 лет. На звонки отвечают квалифицированные консультанты, специализирующиеся на помощи проблемным семьям. Люди из неанглоязычной среды могут связаться с этой службой с помощью Переводческой службы (телефон 13 14 50).

КАК РАЗГОВАРИВАТЬ С ПОДРОСТКАМИ И УСТАНАВЛИВАТЬ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ

Talking to teenagers and establishing rules

Телефонные номера правильны на момент публикации.

Вам может потребоваться проверить эти номера по телефонному справочнику.

REVIEWED
July 2001

NSW Multicultural Health Communication Service

NSW Multicultural Health Communication Service
website: <http://mhcs.health.nsw.gov.au>
e-mail: mhcs@sesahs.nsw.gov.au
phone: (02) 9382 8111

КАК РАЗГОВАРИВАТЬ С ПОДРОСТКАМИ И УСТАНАВЛИВАТЬ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ

Talking to teenagers and establishing rules

Как родители могут заставить подростка хорошо себя вести? Это совсем не так просто, как раньше: говоришь им, что нужно делать, и они повинуются. Времена меняются, молодежь хочет выражать свое мнение о касающихся ее вещах. Сегодня быть родителем очень нелегко. С одной стороны мы несем ответственность за своих детей, но с другой - давать им учиться на собственных ошибках является важной частью процесса взросления. Но им все равно нужны поддержка и совет родителей, когда они пожинают плоды своих ошибок.

Как говорить с подростками. Очень важно говорить с подростком на повседневные темы, например, о школе, спорте, музыке, увлечениях. Если вы не говорите с подростком об этих вещах, ему будет трудно обсуждать с вами то, что его волнует. Будьте готовы выслушать все то, что беспокоит подростка, и помните, что если вы начинаете при этом выходить из себя или наоборот, упрощать эти проблемы, вряд ли ребенок захочет после этого делиться с вами. Помните также, что подросток будет прислушиваться и уважать ваше мнение, если вы уважаете его. Дайте ему почувствовать, что дома можно обсуждать вопросы, связанные с наркотиками. Хотим мы того или нет, запрещенные наркотики доступны, и если этот вопрос открыто обсуждается дома, у родителей есть больше возможностей дать подростку правильный совет в этом плане. Чтобы дать правильный совет по поводу наркотиков, родители должны сами побольше узнать об этом вопросе. Помочь в этом может говорящий по-русски консультант. "The Drug and Alcohol Multicultural Education Centre" (телефон (02) 9332 8790) поможет вам связаться с таким консультантом в вашем районе.

Как устанавливать правила. Специалисты в вопросах подросткового возраста рекомендуют родителям как более эффективный метод обсуждать с подростками правила поведения и меры наказания, а не просто ставить их в известность. Некоторым родителям это покажется странным - "родители должны уступать детям". Но подростки больше придерживаются правил в том случае, если они принимали участие в их составлении. Совершенно естественно, что родители боятся, чтобы их дети не попали в беду из-за того, что им разрешили делать определенные вещи. Но, устанавливая правила по поводу того, что подросток может делать и куда ему разрешено идти, родители должны иногда верить, что подросток будет вести себя разумно. Очень важно, конечно, напомнить подростку, что вы доверяете ему и рассчитываете на то, что он вас не подведет.

Если вы наказываете подростка, убедитесь в том, что это наказание нетрудно выполнять. Запретить ребенку в течение месяца ходить куда-нибудь с друзьями или сказать, что в течение двух недель он не будет смотреть телевизор, хорошо до тех пор, пока вы не обнаружили, насколько трудно это наказание претворить в жизнь. Если наказание трудновыполнимо, всегда есть риск того, что его прекратят, и подростки при этом видят, что их плохое поведение остается безнаказанным.

Как оградить подростка от неприятностей. Иногда кажется, что было бы легче не выпускать подростка из дому, пока он не повзрослеет. Но если бы мы это делали, они бы никогда не повзрослели, - они не научились бы приспосабливаться к окружающей среде, в которой им придется жить. Практически невозможно все время присматривать за подростком, но родители должны всегда знать, где он. Нужно знать друзей вашего ребенка, а также их родителей. Не стесняйтесь узнать у других родителей, находится ли ваш ребенок там, где он сказал вам.