Rozmawiać o zagrożeniach czy z nimi walczyć - komunikacja rodzic - nastolatek

Prelegenci Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej w Jaworznie

Mgr Katarzyna Kotulska – pedagog, psychoterapeuta
Mgr Karolina Olszewska – Suruło - psycholog

Mity dotyczące nastolatków

- Nastolatki w okresie dojrzewania nie są całkiem „normalne”
- Okres dojrzewania jest czymś przejściowym, czyli mało ważnym
- Rozwój każdego nastolatka jest jednakowy i przebiega wg tego samego schematu
- Zasadniczo wszystkie nastolatki są podobne
- Nastolatki to jeszcze dzieci

Fakty o nastolatkach

- Intencje rodziców skierowane ku szczęściu, zdrowiu, bezpieczeństwie ich dzieci często mogą zostać nienagrodzone
- Nastolatki często mają za złe nieproszone rady i uwagi dorosłych
- Nastolatki starają się uchodzić za niezależnych i samowystarczalnych
- Okres dojrzewania jest pełną ożywienie fazą rozwoju o ogromny znaczeniu, zarówno dla nastolatka, jak i jego rodzica

Adolescencja jako okres kształtowania się dojrzałej, dorosłej osoby

- Przekształcenie organizmu dziecka w organizm nadający się do rozrodu
- Przekształcenie psychiki dziecka w psychikę człowieka, który może wziąć odpowiedzialność za swoje życie

11 r.ż – 19 r.ż.

Czy ze zbuntowanym nastolatkiem można rozmawiać?

Z pewnością trzeba…

…ale jak?

Warunkiem skutecznej komunikacji jest…rozmowa

Czyli:

- Mówienie
- Aktywne słuchanie, bycie odbiorcą

Co się składa na aktywne słuchanie?

- Parafrazowanie – powtarzanie, opisywanie tego, co powiedział rozmówca. Pozwala to upewnić się, że dobrze rozumiemy, co chce nam przekazać nastolatek
- Zadawanie pytań
- Wchodzenie w dialog (wystrzeganie się własnego monologu – pamiętaj długie tyrady nie są przejawem mądrości życiowej!)

Pytanie do grupy: Czy Państwo rozmawiacie ze swoimi dziećmi...Jeśli tak to w jaki sposób...na jakie tematy…?

Dyskusja...

Prezentacja ćwiczenia „Okno”, czyli:

Co o nastolatkach i ich dojrzewaniu myślą dorośli (z pkt widzenia nastolatka).

Co nastolatki myślą/czują o sobie i swoim dojrzewaniu.

Dyskusja…

Refleksje…

Dziękujemy za uwagę:) i życzymy dużo wytrwałości i siły:)