4 Νοεμβρίου 2014

Πώς να έρθετε πιο κοντά με τους εφήβους σας

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



Πέντε Συμβουλές

Όσο δύσκολη και αν χαρακτηρίζεται από πολλούς η περίοδος της εφηβείας, οι γονείς οφείλουν να ενεργούν με ένα και μοναδικό κίνητρο, την αγάπη προς τους εφήβους τους. Οι έφηβοι χρειάζονται τη στήριξη αλλά και την κατανόησή σας και θέλουν να αισθάνονται πως είστε πάντα δίπλα τους με πράξεις παρά με συμβουλές και φωνές. Πιο κάτω μπορείτε να δείτε μικρές συμβουλές ώστε να έρθετε πιο κοντά με τους εφήβους σας.

Συζητήστε για μουσική, βιβλία, σπορ. Βρείτε μια κοινή δραστηριότητα που να αρέσει και στις δύο πλευρές και συζητήστε. Ακόμα και εάν έχετε διαφορετικές προτιμήσεις, ζητήστε από το παιδί να σας πει τι του αρέσει. Με αυτόν τον τρόπο δείχνετε στον έφηβό σας πως έχετε ουσιαστικό ενδιαφέρον για αυτόν. Έχετε πάντα κατά νου, πως αυτή η διαδικασία χρειάζεται χρόνο και δεν γίνεται από τη μια μέρα στην άλλη.

Γίνετε το στήριγμά του. Οι έφηβοι αναζητούν οδούς ανεξαρτησίας αλλά πάντα θέλουν να αισθάνονται πως εσείς θα είστε το στήριγμά τους σε μια δύσκολη

στιγμή. Κάντε το παιδί σας να κατανοήσει πως εσείς θα είστε πάντα στο πλευρό του, διακριτικά. Σε μια διαφωνία με έναν φίλο, στην επιλογή του κατάλληλου κολεγίου/ πανεπιστημίου, στην αναζήτηση εργασίας. Δείξτε του πως εσείς πάντα θα ενδιαφέρεστε για αυτό και τις αποφάσεις του χωρίς να το πιέζετε να λαμβάνει αποφάσεις που αρέσουν μόνο σε εσάς.

Επαινέστε τους. Εάν για παράδειγμα έχει καθαρίσει το δωμάτιό του ή έχει πάρει άριστα σε εργασία πείτε τους ένα εγκάρδιο «μπράβο». Τα παιδιά σας έχουν την ανάγκη για έπαινο ακόμα και εάν δεν το δείχνουν με τις πράξεις ή τα λόγια τους.

Αφήστε τα να διασκεδάσουν για λίγο. Συναυλίες, πάρτι, εξόδους με φίλους. Γνωρίζουμε πως έχετε έγνοια για κινδύνους ή πως φοβάστε μήπως μπλέξουν με κακές παρέες. Μπείτε για λίγο στη θέση τους (άλλωστε και εσείς ήσασταν κάποτε έφηβοι). Δείξτε τους εμπιστοσύνη και φροντίστε να έχετε καλή επαφή με τις οικογένειες των φίλων τους.

Επιδιώξτε να τρώτε όλοι μαζί. Τα οικογενειακά γεύματα είναι μια ευκαιρία για να βρεθείτε όλοι μαζί έπειτα από μια κουραστική μέρα. Όλα τα μέλη συζητούν για τυχόν προβληματισμούς ή για τα νέα τους. Με αυτόν τον τρόπο έχετε τη δυνατότητα να έρθετε πιο κοντά με τον έφηβο σας.

Πηγή: offsite.com.cy