

„Minden látszat ellenére továbbra is a szülők lehetnek a legnagyobb hatással kamasz gyermekeik életére.”

(Gary Chapman)

Mit akar a gyerek?

- * Kezelj felnőttként, és/de szeress gyerekként!
- * „Kezelj felnőttként!”:
- * Bízz meg bennem!
- * Számíts rám!
- * Adj lehetőséget, hogy önmagam lehessek!
- * Engedd, hogy kipróbáljam magam!
- * Gondolj vissza, Te milyen voltál, mikor ennyi idős voltál!
- „Szeress gyerekként!”:
- * Figyelj rám!
- * Legyen rám időd!
- * Gondoskodj rólam!
- * Beszéljess velem!

Mit akar a szülő?

- * Bízz meg bennem, mint a barátodban, és/de tiszteld bennem a szülőt!
- * „Bízz meg bennem!”:
- * Mindent elmondhatsz!
- * Mindent megkérdezhatsz!
- * Számíthatsz rám a legrosszabb helyzetben is!
- „Tiszteld bennem a szülőt!”:
- * Hidd el, hogy a korlátok, szabályok a Te érdekében kellenek!
- * Azért mert a szülőd vagyok, nem vagyok az ellenséged.
- * Beszéljess velem!

Hogyan legyünk „elég jó” szülők?

- * A gyermekét túlságosan féltő, vagy túl szigorú szülő lehetetlenné teszi az önállóság kialakulását. A fájdalom, a kudarc átélése tapasztalatszerzés. Ezek mentén fejlődik a személyiség.
- * Hagyja, hogy ő döntsön a mindennapjait érintő kérdésekben, de mondjon alternatívákat! Amikor nem tudja a döntést ráhagyni, indokolja. Pl. Izomnövelő szerek használatának tiltása, pályaválasztás.
- * Azzal, ahogy élünk, nem csak a saját, de a környezetünkben élő gyermekek számára is mintát mutatunk. Élünk tudatosan!
- * Ne legyen tabutéma az alkohol, a dohányzás, az illegális szerek és a szexualitás!
- * Ha beszélni szeretne Önnel gyermeke, ne halogassa, tegyen mindent félre!

Könyvajánló

Sosem volt izgalmasabb és nehezebb feladat kamasznak lenni és kamaszt nevelni, mint napjainkban. Ahhoz, hogy hatással lehessünk életükre, mindössze azt a szeretetnyelvet kell megtanulni, amit ők beszélnek. Ha szeretné megismerni, olvassa el

Gary Chapman: Kamaszokra hangolva - A tinédzserek 5 szeretetnyelve könyvét.



Az 5 szeretetnyelv:

- * elismerő szavak
- * minőségi idő
- * ajándékozás
- * szívességek
- * testi érintés

Tények kamaszokról és káros szenvedélyekről

- * A fiatalok ritkábban isznak, mint a felnőttek, de alkalmanként sokkal több alkoholt fogyasztanak el egyszerre.
- * Az alkohol okozta függőség a legmagasabb mértékű a 18-20 éves korosztálynál.
- * Statisztikai adatok: a 12 évesek 10%-a már fogyasztott alkoholt, ez a szám 13 éves korra már duplázódik.
- * Azok a tinik, akik 15 éves korukban kezdenek el alkoholt fogyasztani, azok számára 5x nagyobb a függőség kialakulásának esélye, mint azoknak, akik 21 éves korukban.

Ha a kamasz bulizni jár...

- * Beszéljék meg előre, hogy gyermekük kikkel, hová megy, hány óráig marad, hogyan és kivel jön haza! Ezt ellenőrizze is! Alkalmazza ezt akkor is, ha még nem bulizó kiskamasz gyermeke van!
- * Kérje el a barátok, és a barátok szüleinek a telefonszámát! Fogjanak össze a fiatalok hazajutása érdekében!
- * Mindig legyen nála egy cetlin a szülők elérhetősége, mert veszély esetén a segítő nem találja meg a PIN-kóddal védett telefonban a szülők elérhetőségét.
- * Informálódjon, hogy melyik szórakozóhely biztonságos!

Nem tudja mit csináljon, ha gyermeke...

- * iskolai kötelezettségeit, korábbi hobbijait elhanyagolja?
- * aki korábban közvetlen volt, hirtelen zárkózott lesz, vagy a gátlásos, visszahúzódó gyermek, hirtelen társasági ember lesz?
- * életében új barátok jelennek meg, akik más értékrendet képviselnek?
- * életében minden a pénz körül a forog (növekvő igények, pénz tűnik el, eladogatja a dolgait)?

Figyelje és segítse, hogy gyermeke megtalálhassa új egyensúlyát! Fogalmazzanak meg közösen reális családi szabályokat, amik a család minden tagjára egyaránt vonatkoznak, mindenki írja alá! Időszakonként értékeljék, és ha kell, módosítsák!

Ha gyermekével mégis történik valami, ne gondolja, hogy Ön rossz szülő, de ne felejtse el segítséget kérni!

A Humán Szolgáltató Központ Drogkonzultációs és Információs Központ munkatársaitól térítésmentes és névtelenséget biztosító segítség és információ kérhető.

Telefon: 56/420-614

Email: drogkik@gmail.com

Útmutató sorozatunk többi kiadványa szintén térítésmentesen kérhető az elérhetőségek bármelyikén.

Kiadja:
Szolnok Megyei Jogú Város Önkormányzata

ÚTMUTATÓ SZÜLŐKNEK

Készült a Szülői Műhely Közreműködésével