

## СПОРТ, РОДИТЕЛИ И ПОДРОСТКИ.

Очень острый вопрос для педагога дополнительного образования спортивной направленности (тренера) является взаимоотношения подростков и родителей. В этот нелегкий период становления и оформления самостоятельности у подростков часто случаются нервные срывы и зарождаются комплексы, которые могут повлиять на всю их будущую жизнь. Подросток, увлеченно занимающийся спортом не всегда с таким же рвением учится в школе, что приводит его к конфликтам с родителями. Для него, тренер становится авторитетом, которого он слушает, уважает и у которого учится и посещение секции ему приносит удовольствие.

Школа, совсем другое, с их понимания – это «обязаловка», в которой мало удовольствия и только одни требования. Учителя требуют учить, родители требуют хороших оценок. Вот тут и происходит камень преткновения: тренер-подросток-родители. Родители - пользуясь тем, что для подростка его увлечение важно, используют его в качестве наказания и влияния на подростка (запрет тренировок, выездов на соревнования). Но только ли в этом причина. Я думаю, что нет.

Главная причина, из-за которой страдают взаимоотношения между родителями и подростками, кроется в том, что именно на этом возрастном этапе ваши дети начинают добиваться самостоятельности. При этом их нравственные ориентиры тоже начинают претерпевать значительные изменения. Образ идеальных родителей уходит на задний план, и теперь вы не только пример во всём и всегда, но и предмет для оценки и сравнения.

Подросток начинает стремиться к равноправию в отношениях с родителями, поэтому прежде привычные социальные роли наставников и учителей, с которыми был связан образ отца и матери, уже не имеют прежней силы.

В дополнение к этому, обстоятельства усугубляют сами родители, которые не проявляют достаточного усердия в воспитании ребёнка, расценивая его личные проблемы как неважные и не достойные пристального внимания.

И вот он приходит на тренировку, где тренер с ним общается, учит, и ему там комфортно, его окружают его партнеры по команде, он в том мире, где ему нравится. Хотя он тренируется и пота с него сходит во много раз больше, чем при выполнении каких-либо других дел.

Приходит момент, когда подросток - тренера начинает ставить выше своих родителей, этого тренеру допустить нельзя и он должен дать понять ему, что родители делают для него в этой жизни все, чтобы он стал настоящим

человеком и достойным гражданином. В отношении учебы тренер должен поддерживать родителей, но и со своей стороны родителям необходимо наладить взаимоотношения с подростком, нескольких ободряющих фраз будет недостаточно. В этой ситуации требуется ответственный подход к проблеме, терпение и постепенность действий.

1. Первый и самый важный пункт – это создание доверительных отношений между вами и вашим ребёнком. Это базис, который не только сблизит вас с вашим сыном или дочерью, но и поможет ему или ей в дальнейшей жизни, придавая сил и уверенности в себе. Доверительные отношения остаются даже во время посторонних конфликтов, так как они доказаны временем и взаимовыгодны. Для того чтобы между вами выросли первые ростки доверия, необходимо научиться полагаться на ваших детей, верить в них, быть честными перед ними и минимизировать попытки любого открытого манипулирования.

2. Сотрудничество. Наилучшим поведением в период, когда появляется напряжение между вами и подростком, будет сотрудничество и поиски компромисса. Не старайтесь во всём доказывать свою правоту, напирая на собственный опыт, возраст и социальный статус. Ваш ребёнок тоже хочет участвовать в принятии важных решений, связанных со своей судьбой и дальнейшим саморазвитием. Подарите ему возможность высказывать собственное мнение, не боясь быть обсмеянным. Вместе ищите пути решения и рассматривайте разные возможности. Сотрудничество распространяется не только на совместное принятие решений, но и на образование, на домашний быт и т.п. Обязанности по дому всегда можно обсудить и прийти к общему решению, так же, как и оценки в школе, новые хобби.

3. Уважайте личную свободу. В этот сложный период любому подростку необходимы определённые личные свободы. Например, возможность общаться с теми людьми, которые ему интересны, возможность распоряжаться своим личным пространством так, как он этого хочет и т.п. Это не означает то, что подростку стоит позволять делать абсолютно всё, и если какие-то ваши взгляды на действия вашего сына или дочери радикально отличаются от тех, проявления которых вы видите, то вам стоит подумать о компромиссе. Обладание такими личными свободами, как своей комнатой, карманными деньгами, личным временем, ускоряет процесс становления самостоятельной личности.

4. Не будьте безразличными. Безразличие – главный враг любых отношений. Избегайте безразличия и старайтесь проявлять интерес к тому, что происходит в жизни ваших детей, даже если с первого взгляда это не пробуждает у вас никакого любопытства. Хорошие взаимоотношения – это тяжёлая работа, которая требует многочисленных усилий, поэтому порой

требуется перешагивать через свои желания для поддержания крепких семейных уз.

Ещё один немаловажный фактор, который необходимо учитывать в общении с подростком – это сила личного примера. Противоречивость взаимоотношений между родителями и подростками создаётся во многом тем, что ребёнок стремится к самостоятельности, пытаясь отойти в сторону от влияния и контроля родителей, но при этом всё-таки тянется за ними.

Объясняется это тем, что на протяжении всей жизни ребёнка родители были для него идеалом и примером для подражания, как вдруг система пошатнулась, нравственные ориентиры начали меняться под влиянием окружения и собственных физических изменений, но опыт, воспоминания, благодарность и любовь никуда не ушли. Попробуйте своим примером помочь вашему сыну или дочери стать самостоятельнее – это самый правильный, действенный и безболезненный способ избежать любых конфликтов между вами и подростком. Личный пример – безапелляционен, его сложно опровергнуть ребёнку.

Главное не путать личный пример и прошлый опыт – например, если вы против того, чтобы ваш сын начал ходить на гимнастику, не стоит приводить в пример себя, когда вы были в школе, и что вам лучше давались единоборства. Личный пример – это то, что видят ваши дети здесь сейчас, а не то, что происходило с вами когда-то давно.

Педагог дополнительного образования

А.П. Радченко