

Cum gestionăm comportamentul adolescentului rebel

<https://forms.gle/F9Y4EapuYamp8WTZ9>

Cine este, de fapt, adolescentul rebel?

Este figura cu care, mulți dintre noi, suntem destul de familiarizați.

Este adolescentul care, acasă, la școală sau în societate are comportament sfidător, rezistent, opozant. Cel care, atunci când vrei să-i impui reguli și limite îți spune: „Nu vreau!”, „Nu am chef!” sau „Ce-o să-mi faci?”

Cel care își dă ochii peste cap, vorbește neîntrebat și se comportă ca și cum nu ar avea nimic de pierdut

Este copilul care te face să te îndoiești de propriile metode de educație, de pasiunea de a lucra cu tineri și de valoarea eforturilor făcute de-a lungul anilor.

Personalitatea lui este puternică, inteligența sa este scilpitoare, are răspunsuri la orice și știe pe ce „butoane” să apese pentru a obține ce vrea.

Nu seamănă deloc cu portretul adolescentului clasic, de odinioară - neînțeles, visător, care vrea să schimbe lumea.

Gestionarea comportamentului său și a nevoilor sale emoționale pare să dea de furcă adulților, fie că sunt profesori, fie că sunt părinți.

Aceștia din urmă par să nu mai aibă nici o pârghie în educație și fac eforturi mari să nu renunțe la dragostea (tot mai provocată) de dascăl sau de părinte pentru adolescenții lor.

Este firesc ca, în adolescență să existe schimbări majore cognitive, psihologice, emoționale. Dar în vremurile actuale, opoziția și protestele din partea copiilor noștri sunt atât de vehemente, încât cooperarea și conviețuirea normală cu ei se realizează extrem de dificil .

În încercarea de a contrabalansa efectele negative ale educației tradiționale, cu sancțiuni și pedepse verbale și corporale, în anumite țări nordice, a fost instituit un mod „revoluționar” de a educa : cu multă libertate, puține reguli și limite, constrângeri minime.

Scopul era ca personalitatea copiilor să se dezvolte liber, să își caute chemarea sau să își descopere singuri potențialul.

La scurt timp după aplicarea acestei forme de „experiment” social, psihologiei, sociologiei și profesorii au început să semnaleze un număr alarmant de cazuri de comportamente opozante, de răzvrătire, depresie, anxietate și tentative de suicid.

Efectele nu erau cele așteptate.

Specialiștii și-au dat seama că lipsește ceva și au început să reconsidere modul de a educa.

Aș putea spune că exact într-un astfel de moment, de regândire a metodelor de educație se află și societatea românească, familii și școli.

Ce funcționează cu adevărat pentru a comunica normal, pentru a obține cooperarea adolescenților noștri și a construi în ei o personalitate extraordinară, cu reziliență, asertivitate, empatie și maturitate emoțională?

Ce funcționează cu adevărat astfel încât să producă mai mult decât efectele unei obediențe temporare, superficiale?

Gestionarea comportamentelor dificile, provocatoare nu se regăsește în forme extreme de a sancționa și a pedeapsi pentru a scăpa de emoțiile și manifestările incomode, nici într-o formă de libertate necondiționată, cu teama de a impune reguli și limite sănătoase. Ci în a descoperi ce se află dincolo de comportamentul provocator. Fie că există răni sau traume din trecut, fie că nu există conectare, iar relația cu copiii noștri este la cota de avarii, fie că nu au abilități de a face față cerințelor noastre, cu acestea trebuie să începă repararea relațiilor cu adolescenții noștri.

Dacă nu există intenția de a ne conecta cu lumea gândurilor și emoțiilor pe care le trăiesc, nu putem impune limite sănătoase. Dacă nu putem impune limite sănătoase, nu îi putem echipa cu abilități de adaptare și de a face față provocărilor din viața de zi de zi.

Cu toții depunem eforturi zilnice uriașe, fie că vorbim de profesori, copii sau părinți. Dar, învățând arta gestionării tensiunilor și a conflictelor, a comunicării asertive și a rezolvării de probleme de orice natură

(cognitive sau emoționale), eforturile vor fi **doar cele necesare**. Pentru a crea amintiri și experiențe extraordinare, nu de a ne mulțumi cu supraviețuirea de pe o zi de alta.

Profesorul nu este dator să facă munca ce revine familiei, iar familia nu trebuie să preia sarcinile care țin de responsabilități școlare.

Ce poate face un dascăl, ce îi poate transmite unui părinte astfel încât la clasă să își poată desfășura activitatea didactică?

Ce poate face un părinte, astfel încât școala să nu afecteze relația de familie?

Să reducă semnificativ rebeliunea atât de extenuantă a adolescenților, astfel încât implicațiile, și de o parte, și de alta, să ducă doar la cooperare, cu rezultate imediate!

Dacă este ușor? Nu e! De aceea, am putea spune că educația poate fi comparată cu o artă! Dar și această artă se poate învăța!

Ce câștigi dacă vii la această conferință?

- Vei învăța cum poți impune limite sănătoase, fără teamă ori sentimente de vinovăție, astfel încât acestea să fie respectate
- Vei afla cum să vorbești cu adolescentul chiar și atunci când te respinge, se revoltă sau devine agresiv
- Vei învăța cum să gestionezi tensiuni și conflicte, cu soluții nu doar de moment, ci pe termen lung, atunci când adolescentul este în permanență recalcitrant
- Vei învăța cum să descifrezi ce se află dincolo de comportamentul provocator al adolescentului, fie acasă, fie în mediu școlar, și ce să faci de la caz la caz
- Vei afla cu ce poți înlocui metode tradiționale de pedeapsă, sancționare, confiscare, amenințare sau alte metode coercitive, obținând rezultatele mult-râvnite ale unui adolescent educat, cu comportament nu doar de suprafață, ci profund și motivat pozitiv
- Adolescenții apreciază un lider adevărat, de aceea, vei învăța cum poți să fii liderul adolescentului tău, fără a face rabat la standarde ridicate
- Vei învăța cum să deții controlul fără coerciție, fără să pui presiune sau să controlezi, într-o lume cu multe influențe puternice din exterior

Ce pierzi dacă nu vii la această conferință?

- Șansa de a te bucura de relația cu adolescentul, fără uzură emoțională zilnică, fie că ești cadru didactic, fie că ești părinte
- Tehnici și metode practice cu ajutorul cărora, și tu, și adolescentul, v-ați putea bucura pentru a dezvolta o relație cu încredere, nu de tip „urmăritor și urmărit”
- Oportunitate de a cunoaște adolescentul la alt nivel, de a-l vedea cu alți ochi și de a-l ajuta la rândul său să se aprecieze și să se cunoască
- O ocazie în care poți învăța cum să echipezi adolescentul cu abilități și trăsături extraordinare de caracter
- Ocazie de a câștiga timp prețios, pentru a crea conectare și amintiri, în loc să rezolvați în permanență tensiuni și conflicte

Cine sunt eu?

Sunt psiholog și mamă a trei copii, iar în activitatea din ultimii ani am văzut, mai mult ca niciodată, necesitatea schimbării metodelor educative extreme la nevoile generației adolescenților noștri.

Am experiență la catedră, în propria familie, cu familii numeroase, ca psiholog.

Am creat programe online speciale pentru a veni în ajutorul părinților și al cadrelor didactice pentru a repara relații avariate sau a gestiona situații spaciale: de la comportamente de rebeliune sau sfidare, agresivitate sau auto-agresivitate, dependențe, la atacuri de anxietate, depresie, tentative de suicid.

Sunt unul dintre administratorii grupului For Life (cu peste 40 000 de membri), cu programe deosebite pentru școli, licee, universități, dar și pentru părinți și tineri. Printre cele mai renumite programe, „Adoptă intelectual un copil”.

Dacă ai un adolescent rebel, care te provoacă și dorești să afli cum poți avea o relație extraordinară cu el, vino la conferință!

Hai să aflăm cum îți poți dezvolta o personalitate extraordinară, matură și cum poți trece de la o relație deteriorată cu adolescentul, la a fi mentorul său.

Mihaela Șerban, mamă, soție, psiholog