15 aftësi të vlefshme jetësore për t'i mësuar adoleshentit tuaj, ndërsa përgatitet për moshën madhore.

Si prind, detyra juaj është të kujdeseni për fëmijët tuaj derisa të vijë dita kur ata mund të jene te afte vetë. Përpara se adoleshenti juaj të largohet nga shtëpia, sigurohuni që të jetë gati të jetoj në mënyrë të pavarur.

Aftësitë praktike të jetës:

1. Menaxhoni kohën.

Bëhuni një model pozitiv për përcaktimin e prioriteteve dhe trajtimin e shpërqendrimeve. Tregojini adoleshentit tuaj se si të përdorë një kalendar dhe të punojë drejt përmbushjes së një afati. 2. Studioni me efikasitet.

Inkurajoni fëmijën tuaj të përqafojë leximin. Demonstroni se si të njihni konceptet kryesore dhe të krijoni vetë-teste në çdo material. 3. Qëndroni në një buxhet.

Jepini atyre një fillim në zhvillimin e përgjegjësisë financiare duke u caktuar atyre detyra të tilla si menaxhimi i kompensimit të tyre.

4. Pastroni.

Fëmijët që rriten duke bërë punët e shtëpisë kanë më shumë gjasa të kujdesen për apartamentin e tyre të parë dhe gjërat personale. 5.Qëndroni të sigurt.

Flisni me adoleshentin tuaj për mbrojtjen e tyre në internet dhe jashtë saj. Jepni paralajmërime me sens të përbashkët dhe ndani përvojat tuaja.

6. Trajtoni emergjencat.

Rishikoni se si t'i përgjigjeni emergjencave të zakonshme.

Aftësitë e jetës sociale dhe psikologjike:

1. Sqaroni vlerat thelbësore.

Vlerat që zgjedh adoleshenti juaj do të udhëheqin sjelljen e tyre. Drejtojini ata në një drejtim premtues duke u siguruar që ata mund të artikulojnë bindjet e tyre dhe t'i vënë ato në veprim.

2. Jepni bujarisht.

Adoleshenti juaj ka më shumë gjasa të ketë sukses nëse i ndihmon të tjerët të bëjnë të njëjtën gjë. Nxitini ata të ndajnë burimet e tyre dhe të ofrojnë vullnetarë shërbimet e tyre.

3. Veproni me kujdes.

Pajisjet celulare po shkurtojnë hapësirën mesatare të vëmendjes. Nëse dëshironi që adoleshenti juaj të kuptojë fuqinë e vetëdijes, do t'ju duhet të mësoni me shembull. Kushtojini vëmendjen tuaj të plotë kur ata janë duke folur dhe fikeni televizorin nëse është e mundur.

4. Menaxhoni stresin.

Zhvillimi i vetëdijes do të ndihmojë në mbrojtjen e adoleshentit tuaj nga depresioni dhe ankthi. Ata gjithashtu mund të mësojnë të pushojnë duke u angazhuar në ushtrime fizike dhe/ose duke punuar në një hobi.

5. Rregullat e mirësjelljes së telefonit.

Edhe nëse adoleshenti juaj kalon pjesën më të madhe të jetës së tij zgjuar në telefon, ai mund të mos komunikojë në mënyrë efektive. Trajnoni fëmijët tuaj të identifikojnë veten dhe të flasin qartë.

6. Flisni ballë për ballë.

Adoleshenti juaj mund të jetë më i rehatshëm në mediat sociale sesa të ketë një bisedë personalisht. Mbani vakte të rregullta familjare ku ata mund të praktikojnë biseda në kohë reale. Bëjeni një rregull familjar që të mos lejohen pajisje në tryezën e darkës.

7. Kultivoni marrëdhënie.

Marrëdhëniet mbështetëse janë jetike për shëndetin dhe mirëqenien. Stërvitni adoleshentin tuaj se si të krijojë miq dhe të rrjetëzojë.

8. Jini të sigurt.

Ndihmoni fëmijën tuaj të zhvillojë vetëbesim të shëndetshëm dhe të mbrojë veten. Njohja se si të ndajnë dëshirat dhe nevojat e tyre do t'i sjellë ata më afër përmbushjes së qëllimeve të tyre. Ju mund të lehtësoni kalimin e adoleshentit tuaj në moshën madhore. Mbroni fëmijët tuaj kur janë të vegjël dhe më pas jepini gradualisht më shumë përgjegjësi në mënyrë që të fitojnë aftësitë që u nevojiten për të jetuar vetë kur të jetë koha e duhur.