



Правило № 6 Рассказывайте о себе!

Подростковый возраст тем и хорош, что можно обсуждать всё, чтобы сохранить связь с ребенком. Расскажите про ваш день, это даст понять, что в доме рады любым обсуждениям, и его услышат сразу, как он этого захочет.

Правило № 7 Осваивайте новые горизонты!

Сейчас у ребёнка формируются собственные интересы. Ищите точки соприкосновения, и в семье не будет разлада. Можно открыть и для себя что-то классное и удивительное.

Правило № 8 Дом – это тыл!

Всегда. Безоговорочно. Дома можно отдыхать, психовать, беситься, смеяться и плакать. Никто не осудит, не отругает, не накажет. Это должен знать и понимать каждый подросток, а задача родителей - поддерживать это понимание максимально.

Правило № 9 Самостоятельность +!

Всегда давать чуть больше самостоятельности, чем надо. Это поможет избежать насильственного расширения горизонтов и массы проблем. Чем больше возможностей даётся подростку, тем меньше он требует и митингует.

Как общаться с подростком? Сложно? Нет.

Если делать все осознанно, вдумчиво и понимать: данный вредный и тяжёлый возраст когда-нибудь закончится! **Помните:** от того, как именно будут вести себя родители во время переходного возраста подростка, во многом зависит то, каким именно вырастет в дальнейшем их ребёнок.

Памятка для родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся «Как правильно общаться с подростком»



Проблема - как общаться с подростком может возникнуть в любом возрасте ребёнка. Кто-то переживает пубертатный период спокойно, а кто-то переносит данное время болезненно.

Как нельзя общаться с подростком: ошибки родителей

- Любящие мамы всегда стараются быть рядом со своими детьми, пытаются защитить их, во всем помогать, но чрезмерная опека может сыграть злую шутку
- Если на протяжении долгого времени не давать ребёнку стать самостоятельным, он привыкнет к тому, что все за него делают другие. Поэтому **важно** вовремя отойти от своего ребёнка и разрешить ему действовать так, как он хочет.
- Иногда родители больше внимания уделяют работе. Дети привыкают, что взрослые подолгу отсутствуют, но, начиная жить самостоятельно, они также забывают о родителях. **Очень важно** уделять достаточно внимания своему ребёнку, чтобы он не чувствовал себя обделённым.
- Часто дети **требуют** купить что-либо, и родители пытаются удовлетворить все "хочу" своего ребёнка. Зачастую такие дети становятся избалованными, и исправить это сложно
- Когда родители ругают ребёнка, они часто **сравнивают** его с другими детьми. Такой метод приводит к понижению самооценки ребёнка, что скажется на его дальнейшей жизни
- Акцентируя внимание на учебе, взрослые порой **запрещают** ребёнку общаться с друзьями, считая, что в приоритете должны быть занятия. Ребёнок может лишиться друзей, оказаться в изоляции

Как правильно общаться с подростком

Первое, что нужно понять и принять: ребенок вырос. Теперь он не так явно нуждается во взрослом, но по-прежнему созависим со старшими. Это его и напрягает.

Задача взрослого на данном этапе – помочь, а не усугубить.

Правило № 1 Настало время вспомнить о себе!

Появится удовлетворение от себя самого – внешний вид, хобби, увлечения; уменьшится акцентирование на ребенке – снизится частота ссор, настанет более мирная и приятная атмосфера

Правило № 2 Не забывайте дышать!

В начале любого разговора нужно физически глубоко вдохнуть. **Обязательно.** Зачем? насыщение мозга кислородом даст заряд позитива и поможет реагировать без раздражения на разные мелочи и оговорки

Правило № 3 Принять подростка таким, «какой он есть»!

Принять выросшее дитя – прямая обязанность любого родителя. Любым. Да, колючий. Да, резкий. Да, хочет дреды и татуировку. Но это его становление и развитие. Поэтому просто поддерживайте

Правило № 4 Соглашайтесь с желаниями ребёнка!

Подросток хочет видеть во взрослом партнера, который принимает, понимает и одобряет его. Конечно, это не значит, что надо бежать к подростку по первому требованию. Но выполнять некоторые его желания можно и нужно

Правило № 5 Любовь – простая и безоговорочная!

То, что это любимый ребенок, ваш ребенок, нужно напоминать себе постоянно. Любимому человеку мы готовы многое прощать. Просто любите и понимайте