

Памятка для родителей подростка

Ваш ребенок взрослеет, вместе с его физическим взрослением наступает умственное взросление, формируется интеллектуальный потенциал и социальный интеллект. От того, насколько семья воспринимает ребенка как мыслящую личность, зависит степень его социального взросления.

1. Беседуйте со своим сыном и дочерью, говорите с ними о ближайших жизненных планах и будущих целях жизни.
2. Рассказывайте о своих планах, о своих победах и неудачах в их реализации.
3. Поддерживайте здоровое честолюбие своего ребенка.
4. Не иронизируйте по поводу несбыточных планов, стимулируйте в нем желание доказать себе и другим возможность достичь поставленной цели.
5. Формируйте нравственно здоровую личность, неспособную на подлость ради реализации жизненных планов.
6. Создавайте ситуацию успеха, поддерживайте жизненные силы и веру в успех.
7. Говорите правду ребенку, какой бы горькой она ни была, учите экономить силы для достижения цели.
8. Будьте сами примером ребенку, самое печальное, если подросток разочаруется в ваших жизненных силах.
9. Старайтесь говорить со своим ребенком откровенно на самые деликатные темы.
10. Опасайтесь получения вашим ребенком информации из чужих уст.
11. Рассказывайте о своих переживаниях в том возрасте, в котором сейчас ваши дети.
12. Будьте открыты для общения с ребенком, даже если вы чего-то не знаете или в чем-то сомневаетесь, не стесняйтесь сказать ему об этом.
13. Не высказывайтесь негативно о тех переживаниях, которые были связаны с вашим взрослением. Ребенок будет их переживать с вашей позиции и воспринимать так, как воспринимали вы.
14. Постарайтесь сделать так, чтобы ваши дети не воспринимали сексуальные отношения как нечто грязное и постыдное. От этого во многом зависит их физиологическое взросление.
15. В период полового созревания мальчикам важно получать поддержку и одобрение со стороны мам, а девочкам — со стороны пап.
16. Проявляйте ласку к своим детям, демонстрируйте им свою любовь.
17. Будьте особенно внимательно и наблюдательны, обращайтесь внимание на любые изменения в поведении своего ребенка.
18. Старайтесь защитить своего ребенка, если он в этом нуждается.

Материал использован с сайта <https://infourok.ru/pamyatka-dlya-roditeley-kak-pravilno-obschatsya-s-podrostkom-2694080.html/>

Памятку подготовила социальный педагог С.В.Дубакова МБОУ СОШ № 6

С содержанием памятки ознакомлен/а:

Подпись _____ ФИО _____
Дата _____

Правила общения с подростком. Памятка родителям
16 «золотых» правил, которые помогут вам жить в мире с подростком.

1. **Проявляйте терпение.**
2. **Устанавливайте доверительные отношения** (уровень открытости ребенка напрямую связан с его ощущением своей безопасности рядом с вами).
3. **Сдерживайте эмоции** (чаще всего у нас возникает негативное отношение к совершенному поступку, а не к самому ребенку). Вопросы, которые нужно задать себе, если вы сильно рассержены поведением ребенка: «Чего я хочу достичь: наказать его? Выразить свое отношение к поступку? Помочь ему осознать свою неправоту? Или решить вместе с ним проблему?». Потом спросите себя, что повлекло такую бурную реакцию?
4. **НЕ рубите с плеча.**
5. **Будьте последовательны и постоянны.**
6. **Заинтересуйте подростка в изменении себя.**
7. **Стремитесь к разумному компромиссу и гибкости решений.** Каждый подросток старается сохранить свою целостность, пощадить свою самооценку. Поэтому, решая что-либо вместе с ребенком, идите на уступки, которые позволят ему сохранить свое лицо.
8. **Поощрение и наказание должны быть адекватны совершенному поступку.**
9. **НЕ старайтесь «все понять»** (и при этом необходимо помнить, что мы никогда не можем быть абсолютно правы в глазах наших детей).
10. **Понимать ребенка не значит одобрять его поведение.**
11. **Щадите «больные места» подростка и его самолюбие.**
12. **Избегайте нотаций и проповедей.**
13. **Говорите и выясняйте все вовремя.**
14. **НЕ переносите свои недостатки на ребенка.**
15. **НЕ прогнозируйте неудачи** (позитивные высказывания, нет негативным установкам).
16. **Будьте другом, а не подружкой** (держите уважительную дистанцию, не допускайте фамильярности).

Елена Брилинг. Подросток: бить или любит

Материал использован с сайта http://psy-ol-save.ru/?page_id=442

Памятку подготовила социальный педагог С.В.Дубакова МБОУ СОШ № 6

С содержанием памятки ознакомлен/а:

Подпись _____ ФИО _____
Дата _____