

# ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ, ПЕДАГОГАМ ПОДРОСТКА

Выполнила:

студентка 2 курса

факультета иностранных языков

Группы 1 БН

Николаева Дарья

# КАК ВЕСТИ СЕБЯ С ПОДРОСТКОМ, ЧТОБЫ НЕ СТАТЬ ЕГО ВРАГОМ?

- **Главное в отношениях с подростком** - ничего не «играть», а почувствовать настоящую готовность подстраиваться под меняющиеся ситуации и настроения, иметь гибкую позицию по отношению к мнениям и взглядам ребёнка и уважать любые проявления его личности.
- Регулятором отношений будет являться ваш **авторитет, статус и конкретные действия.**



- Одной из особенностей подросткового возраста является потребность в риске, чаще всего продиктованная желанием самоутвердиться. Это трудно принять, но единственный способ сделать это – рисковать вместе с ребенком, но на своей территории. Так вы скорее сможете говорить с ним на его языке и дадите ему возможность постоянно удивляться вашей изобретательности.
- Важным будет умение **сохранять чувство юмора и оптимизма**. Подросток воспринимает все происходящее с долей трагизма. Поэтому ваше умение разрядить ситуацию может сыграть здесь роль «громоотвода». Однако не стоит высмеивать или подшучивать над чувствами ребенка. Лучше всего сделать это над самой ситуацией.

# ЧЕГО ЖЕ НЕ СЛЕДУЕТ ДЕЛАТЬ ПРИ ОБЩЕНИИ С ПОДРОСТКОМ?

- 1.** Не стоит говорить подростку при его выходе из дома такие фразы, как: «Ты куда это собрался? Только что пришел из школы и уже уходишь? А уроки???»
  - У подростков в данный промежуток времени характер такой, что он все равно не выдавит из себя пару слов, чтобы оповестить вас об этом. Все это оттого, что подросткам не нравится, когда родители знают о них все. И возможность скрыть от них хоть эту мелочь, тем самым хоть чуть-чуть почувствовать свою личную жизнь, уже радует.

## 2. Не стоит проявлять чрезмерное волнение за своих чад

- Поймите, в наше время шанс, что на него нападут вечером и ограбят, - равный тому, что это же произойдет и среди бела дня. Но ведь это не значит, что его не следует выпускать из дома.





### **3. Не нужно критично относиться к стилю вашего ребенка, его вкусам**

**Через свой стиль одежды и выбор музыки подростки самовыражаются!**

- Если ваш воспитанник выкрасил волосы в синий цвет и слушает нечто, дерущее барабанные перепонки, то это значит что он просто ищет, пробует что-то новое, пытается выделиться.

**Подростки любят шокировать, потому, что это выделяет их.**

**4. При любых обстоятельствах воздерживайтесь от высказываний: «Вот в наше время...», «Я в твоём возрасте...» и «Сталина на вас нет...»**

- Запомните – то время уже прошло. То было ваше время, сейчас – время ваших детей, так позвольте им жить в нём как того требует их возраст (в разумных пределах, естественно).



## 5. Не стоит угрожать подросткам.

- Вместо угроз просто ненавязчиво поговорите со своим предметом воспитания и не запрещайте чего-то категорически, а просто объясните, когда это можно делать, а когда не следует.



# И ЕЩЕ НЕСКОЛЬКО ПОЛЕЗНЫХ СОВЕТОВ

- Старайтесь говорить со своим ребенком открыто и откровенно на самые деликатные темы.

- Опасайтесь получения информации вашим ребенком из чужих уст.



- Рассказывайте о своих переживаниях в том возрасте, в котором сейчас ваши дети.

■ **Будьте открыты для общения с ребенком, даже если вы чего-то не знаете или в чем-то сомневаетесь, не стесняйтесь сказать ему об этом.**

■ **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.**

■ Постарайтесь сделать так, чтобы ваши дети не воспринимали сексуальные отношения как нечто грязное и постыдное. От этого во многом зависит их физиологическое взросление.



■ В период полового созревания мальчикам важно получать поддержку и одобрение со стороны мам, а девочкам со стороны пап.



■ Проявляйте ласку к своим детям, демонстрируйте им свою любовь.

■ **Будьте особенно внимательны и наблюдательны, обращайтесь внимание на любые изменения в поведении своего ребенка.**

■ **Старайтесь защитить своего ребенка всеми возможными средствами, если он в этом нуждается.**



# ИСТОЧНИКИ:

- Скубий И.В., педагог-психолог

[http://cdod-usinsk.ucoz.ru/publ/sovety\\_psikhologa/sovety\\_psikhologa\\_roditeljam/pamjatka\\_roditeljam\\_podrostka/2-1-0-58](http://cdod-usinsk.ucoz.ru/publ/sovety_psikhologa/sovety_psikhologa_roditeljam/pamjatka_roditeljam_podrostka/2-1-0-58)

- Кэрол И. Кутрона. Поступление в колледж: одиночество и процесс социальной адаптации // Лабиринты одиночества / Под ред. Н. Е. Покровского. М., 1989. С. 384-411.
- Мещерякова И. А. Проблемное поле и мир переживаний старшеклассников // Психологическая наука и образование. 1998. № 3-4. С. 18-30.
- Вершловский, С. Г. На пороге взрослости / Под ред. С. Г. Вершловского. СПб., 1999.