

Памятка-рекомендация для родителей Как общаться с ребенком 11+?

Кризис переходного возраста знают все взрослые: когда-то подростками были и они. Это частая смена настроения, «всплеск гормонов», меняющееся тело и появление новых интересов. Своим поведением подростки чем-то напоминают трехлеток, которые стремятся отделиться, освободиться от родительской опеки. Только подростки не так легко идут на примирение, обижаются, грубят и всеми силами показывают свою взрослость.

Многие родители задумываются над тем как найти общий язык с сыном или дочерью, у которых на все есть свое мнение? Которые уже вырастают из своего детского тела и требуют к себе другого отношения?

Психологи говорят: этот этап благополучно пройдет, если родители перестанут смотреть на подростка как на маленького ребенка и научатся уважать его мнение и прислушиваться к нему.

Мы хотим вам предложить **7 правил**, которые помогут вам в этот непростой период.

1. Продолжайте любить его. Подростковый кризис скоро пройдет, а отношения с ребенком останутся. Теплое общение с взрослыми важно как никогда.

2. Познакомьтесь с его друзьями. Пригласите в гости, расспросите их об увлечениях. По крайней мере, вы сможете составить о компании подростка какое-то мнение.

3. Помогите ребенку, когда он вас просит об этом. Подросток может чего-то не знать или не уметь – это совершенно нормально, в силу его небольшого жизненного опыта.

4. Поддерживайте своего подростка. Говорите ему теплые слова, например: «я рада видеть тебя», «мне нравится, как ты...», «я соскучился по тебе», «давай вместе посидим, поделаем», «как хорошо, что ты у нас есть».

5. Разрешайте конфликты мирным путем. Делитесь своими чувствами, но не давайте воли крикам, угрозам. Тон, которым вы сообщаете требования и запреты, должен быть дружественным, разъяснительным, а не повелительным.

6. Откажитесь от критики. Влияние родителей на ребенка в этом возрасте еще очень велико, несмотря на подростковую грубость и бурные протесты. Сейчас происходит становление личности, и подросток чувствителен ко всему, что касается его самого.

7. О наказаниях. От недоразумений никто не застрахован, и настанет момент, когда вам нужно будет отреагировать на явно плохое поведение подростка. **Наказывая подростка, правильнее лишать его хорошего, чем делать ему плохо.** Важно помнить, что гораздо легче предупредить появление трудностей, чем потом преодолевать их.



/при подготовке памятки использованы материалы статей педагога-психолога Плеханова В.Ю./

Контакты:

Адрес: г. Архангельск, ул. Попова, 43

Телефон для предварительной записи: 8 (8182) 20-18-37

Автор: Воронцова Ирина Сергеевна, педагог-психолог