

# Памятка родителям подростка

Подростковый возраст - возраст кризисный и уязвимый. Ваш ребенок взрослеет, сталкивается с многочисленными трудностями. Если подросток остался один на один со своей проблемой, если он запутался, устал и не видит выхода - велика вероятность того, что найдется «доброжелатель» и предложит свою «помощь» в решении всех проблем сразу.

*Уважаемые мамы и папы! Если Вы хотите, чтобы Ваш ребенок не скрывал от Вас своих неприятностей и переживаний, говорил правду, какой бы она ни была, советовался с Вами, уважал Ваше мнение, то попытайтесь использовать в жизни своей семьи определенные правила:*

1. **Если ребенок сообщил Вам о своих неприятностях**, не стоит хвататься за сердце, кричать плакать и обвинять его. Иначе в следующий раз Ваш ребенок как следует подумает, прежде чем сказать правду. Ведь ему не нужны лишние проблемы, и он не хочет стать причиной Ваших страданий.
2. **Принимайте ребенка таким, какой он есть**, ведь он нуждается не в критике, а прежде всего - в понимании и сочувствии.
3. **Выслушивайте ребенка**. Если человек умеет слушать, то видно, что ему интересно, он старается понять, что ему говорят, он старается узнать о чувствах, о взглядах своего ребенка, не вступая с ним в спор.
4. **Умейте поставить себя на место своего ребенка**. Подростку часто кажется, что с теми проблемами, с которыми ему пришлось столкнуться, никто раньше не сталкивался, поэтому отнеситесь к его проблемам серьезно.
5. **Рассказывайте своему ребенку о себе**. Детям часто трудно, представить, что Вы тоже были молодыми. Не бойтесь говорить ребенку о своей молодости, о тех ошибках, которые сами совершали.
6. **Старайтесь обнаружить истинную проблему своего ребенка** и, не разрушая его собственного решения, попытайтесь помочь преодолеть трудную ситуацию самостоятельно.
7. **Не предъявляйте ребенку завышенных требований**. Идеальных детей не бывает. Иначе он будет рассказывать только то, что хотят услышать родители.
8. **Старайтесь не унывать, сталкиваясь с проблемой**. Глядя на то, как Вы решаете свои проблемы, Ваш ребенок будет учиться не паниковать в трудной ситуации.
9. **Развивайте здоровое чувство юмора в себе и своем ребенке**. Часто именно юмор спасает нас от стресса.
10. **Учитесь радоваться своим и чужим победам и учите этому своего ребенка**.
11. **Старайтесь говорить правду своим детям**. Если ребенок часто уличает Вас во лжи, с какой стати он сам станет говорить Вам правду?



# Золотые правила воспитания для родителей

- Любите своего ребенка, и пусть он никогда не усомнится в этом.
- Принимайте ребенка таким, какой он есть, — со всеми достоинствами и недостатками.
- Опирайтесь на лучшее в ребенке, верьте в его возможности.
- Стремитесь понять своего ребенка, загляните в его мысли и чувства; поставьте себя на его место.
- Создайте условия для успеха ребенка; дайте ему возможность почувствовать себя сильным, умелым, удачливым.
- Не пытайтесь реализовать в ребенке свои несбывшиеся мечты и желания.
- Помните, что воспитывают не слова, а личный пример.
- Не сравнивайте своего ребенка с другими детьми, особенно не ставьте их в пример. Помните, что каждый ребенок неповторим и уникален.
- Не рассчитывайте на то, что ребенок вырастет таким, как вы хотите.
- **Помните, что ответственность за воспитание ребенка несет именно вы.**



# **СЛОВА, КОТОРЫЕ ПОДДЕРЖИВАЮТ И КОТОРЫЕ РАЗРУШАЮТ ВЕРУ РЕБЕНКА В СЕБЯ**

## **Слова поддержки**

- *Зная тебя, я уверен, что ты все сделал хорошо.*
- *Ты делаешь это очень хорошо.*
- *У тебя есть некоторые соображения по этому поводу? Готов ли ты начать?*
- *Это серьезный вызов, но я уверен, что ты готов к нему.*

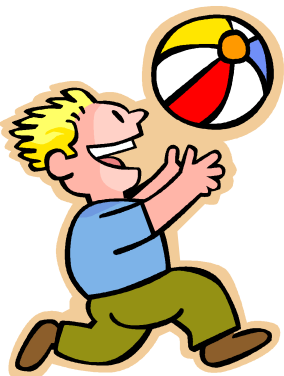
## **Слова разочарования:**

- *Зная тебя и твои способности, я думаю, что ты смог бы сделать это гораздо лучше.*
- *Эта идея никогда не сможет быть реализована.*
- *Это для тебя слишком трудно, поэтому я сам это сделаю.*

## **Поддерживать можно посредством**

- *отдельных слов (красиво, прекрасно, здорово).*
- *высказываний («Я горжусь тобой», «Спасибо», «Все идет хорошо» и т.д.).*
- *прикосновений (дотронуться до руки, обнять его и т.д.).*
- *совместных действий (сидеть или стоять рядом и т.п.).*

- *выражения лица (улыбка, кивок, смех, подмигивание).*



# **ЧТО РОДИТЕЛЬ ДОЛЖЕН ДЕЛАТЬ ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ РЕБЕНОК БЫЛ УСПЕШНЫМ В ШКОЛЕ**

- ✦ Приучать в дошкольном возрасте к самообслуживанию
- ✦ Приучать к самоорганизации (организовывать себе место для игр, выполнения д/з)
- ✦ Сформировать до 1 класса положительную внутреннюю мотивацию к учению
- ✦ Обеспечивать соблюдение ребёнком режима дня
- ✦ Учить ребёнка правильно общаться с другими детьми
- ✦ Посещать врачей и получать консультации по укреплению и сохранению здоровья ребёнка
- ✦ Контролировать, чтобы наш ребёнок не опаздывал и не пропускал занятия без уважительной причины
- ✦ Следить, чтобы ребёнок был полностью обеспечен учебными принадлежностями и не забывал их
- ✦ Ежедневно проверять дневник, тетради, домашние задания
- ✦ Контролировать выполнение устных и письменных домашних заданий
- ✦ Ежедневно интересоваться у ребёнка о его новых знаниях, о друзьях, успехах и неудачах
- ✦ Анализировать вместе с ребёнком его ошибки в письменных работах
- ✦ Стараться заниматься с ребёнком дополнительно
- ✦ Не сравнивать ни в чём (особенно успешность) своего ребёнка с другими детьми
- ✦ Не умалять достоинств и способности других детей, возвышая своего ребёнка
- ✦ Не обсуждать компетентность учителей дома при ребёнке
- ✦ Не подрывать авторитет педагогов, а стараемся найти причины неудач в своих поступках
- ✦ Читать новинки педагогической литературы для родителей

**Помните, труд родителя – самый важный труд. Мало посеять семена даже в плодородную землю; надо взрастить их, приложив максимум стараний, терпения и труда. Только в этом случае вы сможете увидеть положительный результат у ребёнка.**

