

[Предлагаем всем родителям познакомиться с Программой психолого-педагогической подготовки родителей по формированию гражданской идентичности личности в рамках социального партнерства семьи и школы.](#)

Советы родителям детей подросткового возраста на каждый день

1. Старайтесь замечать даже маленькое достижение ребенка в любом деле, в поведении, в отношении к окружающим.

2. Учитесь безусловно любить ребенка за то, что он есть, а не за то, что он отличник, способный или хороший помощник.

3. Важно сформировать у ребенка адекватную самооценку, уверенность в себе и своих силах:

- отмечайте позитивные черты личности Ваших детей, при этом дочери делайте комплименты, подчеркивая черты ее женственности, сыну говорите о его достоинствах.
- хвалите своих детей, когда у Вас просто хорошее настроение!!!
- не сравнивайте ребенка с другими, более благополучными, детьми;
- старайтесь не оценивать его, полюбите его недостатки, спросив себя: «Для чего моему ребенку лень?» («Для чего ему упрямство?» и т.п.)

Есть ли у Вас, дорогой родитель, такие же качества личности – недостатки? Для чего они Вам?

4. Избегайте приказов, угроз, морали и нравоучений, оскорблений и высмеиваний при общении с ребенком.

5. В общении с ребенком используйте «я – сообщение», «я - чувство». Больше хвалите, поощряйте самостоятельную деятельность ребенка.

6. Будьте союзником в позитивных начинаниях и его другом.

7. Дайте возможность ребенку общаться со сверстниками, сохраняйте доверительные и искренние отношения с ребенком и его друзьями.

8. Важно сформировать у ребенка хобби с учетом его способностей и желаний, а не желаний родителей. Необходимо уже в этом возрасте сориентировать ребенка на выбор будущей профессии.

9. Важно сформировать стрессоустойчивую личность. Для этого надо научиться способам совладающего со стрессом поведения и осознать, что же приносит в жизни удовольствие.

Умейте быть счастливыми, любите себя. С радостью проживайте все трудности вместе со своим ребенком. И с удовольствием взрослейте вместе с ним!

- Работайте вместе с ребенком над собой!
- Развивайтесь вместе с Вашими детьми!
- Старайтесь замечать даже самое маленькое достижение ребенка в любом деле, в поведении, в отношении к окружающим.
 - Не сравнивайте ребенка с другими детьми более благополучными, хвалите его за его успехи и достижения.
 - Если Вы не довольны ребенком, не спешите высказывать свое отношение к нему – бурная эмоциональная реакция помешает ему понять, за что на него сердятся.
 - Старайтесь кратко и точно излагать свои претензии к ребенку, т.к. большинство детей не могут долго удерживать эмоциональное напряжение. Слуховой канал отключается и ребенок перестает Вас слушать и слышать.
 - Никогда не ругайте ребенка за неумение, попытайтесь понять природу детских трудностей.
 - Наказание трудом, лишением еды – недопустимо.
 - Имейте в виду, что родитель, который сердится на ребенка за то, что чего-то не знает или не умеет, подобен врачу, который ругает больного за то, что он болен.
 - Не забывайте сомневаться, помните, что ваша оценка поведения или каких-то результатов деятельности ребенка субъективна.
 - Не обольщайтесь – Вы не идеал, а значит, не образец для подражания во всем и всегда. Поэтому не заставляйте ребенка следовать Вашему примеру.

Попробуйте измениться сами!

Развивайтесь вместе с Вашими детьми!