ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «ПРОБЛЕМЫ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

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

2. Опасайтесь получения вашим ребенком информации из чужих уст.

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

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

5. Не высказывайтесь негативно о тех переживаниях, которые были связаны с вашим взрослением. Ребенок будет их переживать с низшей позиции и воспринимать так, как воспринимали вы.

6. Измените свое поведение: следите за речью, манерой общения в семье.

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

8. Проявляйте ласку к своим детям, демонстрируйте им свою любовь. Уберите авторитарный стиль общения, создайте партнерские отношения.

9. В любом возрасте не допускайте неуважения к себе, покажите, что вас надо уважать или вы не будете уважать его.

10. Не требуйте невозможного, если он поймет, что выполнить ваши требования он не в состоянии, он будет защищаться с помощью хамства и грубости.

11. Признайте его право быть самостоятельным: создайте его маленькую автономию, но не упускайте из виду его поступки, не игнорируйте его жизнь.

12. Научите ребенка выплескивать отрицательные эмоции и передавать переживания в любой другой форме (например, занятие спортом).

13. Принимайте меры против того, что он матерится, сразу же, пока это не стало привычкой. Объясните, когда можно применять ругательства.

14. Будьте особенно внимательны и наблюдательны, обращайте внимание на любые изменения в поведении своего ребенка. Называйте плохим только его поведение, не переходя на личности.

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