|  |  |
| --- | --- |
| http://www.gkjw.web.id/wp-content/uploads/2011/07/family-worship.jpg |  |

Как обращаться с подростком – наука, полная премудростей. Здесь надо знать, с одной стороны, как не терять самообладания,  правильно переживать  возможные сложности в общении с ребёнком-подростком, а с другой стороны, как остаться ребёнку другом и советчиком и не потерять его доверия?

|  |  |
| --- | --- |
| **http://static6.depositphotos.com/1000765/639/i/950/depositphotos_6399328-3d-small-holding-a-positive-symbol.jpg** | **Правило № 1. Любите своего ребёнка**  Пусть он чувствует вашу любовь**всегда и везде.** Не дайте ему ощущать себя одиноким и никому не нужным. Чаще общайтесь с ним, хвалите за любые его усилия, даже в мелочах одобряйте его добрым словом.  Дарите заботу и ласку. Это очень важно, чтобы в момент формирования и становления его личности с ней не произошли какие-либо непредсказуемые метаморфозы. |
| **http://static6.depositphotos.com/1000765/639/i/950/depositphotos_6399328-3d-small-holding-a-positive-symbol.jpg** | **Правило № 2. Старайтесь не выглядеть деспотом в глазах ребёнка**  Он должен вам доверять. Как можно чаще разговаривайте с ним по душам, **войдите в доверие.**  Обращаться с подростком нужно очень аккуратно, особенно если он склонен к обидчивости, депрессиям, резким перепадам настроения.  **Если нечаянно сорвались и накричали,** попробуйте объяснить своё поведение примерно такими словами: «Да, иногда я повышаю голос на тебя, когда не могу понять твои действия. Но это не значит, что ты плохой и я не люблю тебя. Я просто очень хочу, чтобы у тебя всё было хорошо. И чтобы ни случилось, всегда помни, я люблю тебя всяким,  просто потому что ты мой ребёнок. Если тебя что-либо тревожит, ты всегда можешь довериться мне, и мы вместе постараемся найти выход и решить твою проблему». |
| **http://static6.depositphotos.com/1000765/639/i/950/depositphotos_6399328-3d-small-holding-a-positive-symbol.jpg** | **Правило № 3. Никогда не начинайте разговор с частицы «не»**  У вас не получится правильно обращаться с подростком, если в вашей речи постоянно звучит «не»:  **«нельзя», «не делай», «не смей», «не поступай», «ты не достоин», «у тебя не получится».**  Попробуйте **предложить ребёнку альтернативу**, рекомендует sympaty.net.  Например: «Ты, конечно, можешь делать так, как ты хочешь. Но посмотри на это с другой стороны». Предлагайте ребёнку множество **мудрых вариантов и советов**, исходя из собственного жизненного опыта и знаний. Приводите примеры того, что может случиться, если он поступит, таким образом, как хочет.  Вы не должны указывать ребёнку, а тем более запрещать.  Он должен **сам делать свои выводы.** Ваша задача обращаться с подростком так, чтобы направить его в нужное русло, сформировать у него правильную жизненную позицию. |
| **http://static6.depositphotos.com/1000765/639/i/950/depositphotos_6399328-3d-small-holding-a-positive-symbol.jpg** | **Правило № 4. Не бойтесь разговоров на «запретные» темы**  В общем-то, это те темы, которые раньше считались таковыми — контрацепция, культура интимных отношений и так далее.  Если ребёнок задаёт вопросы, **отвечайте ему честно.**Если промолчите, он ведь всё равно будет искать ответы на свои вопросы.  И очень жаль, что в большинстве случаев он находит их на улице в сильно исковерканном и часто ошибочном виде, либо ищет ответы на форумах, а в [интернете](http://www.sympaty.net/20120911/zashhitit-rebenka-ot-interneta/) люди могут писать всё, что угодно. Поговорите по душам — и всё станет на свои места. |
| **http://static6.depositphotos.com/1000765/639/i/950/depositphotos_6399328-3d-small-holding-a-positive-symbol.jpg** | **Правило № 5. Будьте примером для подражания**  Будьте такими, **какими вы хотите видеть своих детей.** Ведь как гласит народная мудрость: «Как ребёнка ни воспитывай, а он всё равно вырастает таким, как его родители».   * В семье старайтесь быть заботливой мамой, показывайте своё уважение к отцу. Дети, как губка, **впитывают всё, что видят и слышат**. * Избегайте грубых слов и укоров. * Делайте с ребёнком уроки, только решайте задания не за него, а с ним, отслеживая и корректируя его ошибки. * Если ребёнок вспыльчив, **не раздражайтесь в ответ,**наоборот — постарайтесь понять его поведение и говорите спокойным тоном. * Жалейте ребёнка в тяжелые моменты и сочувствуйте. * Правильно обращаться с подростком вовсе не значит потакать всем его прихотям.  **Избегайте чрезмерного баловства.**Если вы не можете позволить себе покупать всё, что ему хочется, деликатно и серьёзно объясните своё положение. Скажите, что, как только появится возможность, вы обязательно подарите ему эту вещь. * Старайтесь, чтобы ваш ребёнок был самостоятельным. Делая за него что-либо и решая его проблемы, вы можете в итоге воспитать в нём слабость и неуверенность. |
| Надеемся, наши советы, как обращаться с подростком правильно и не терять с ним душевного контакта, позволят **сохранить в вашей семье мир и лад.** | |

Психолог отделения психолого-педагогической помощи

КЦСОН «Милосердие»

Яна Александровна Марфина