

Памятка - рекомендации психолога для родителей подростка.

Для гармонизации взаимоотношений с подростками:

1. Побольше интересуйтесь жизнью, мыслями, чувствами и страхами детей. Научите их говорить об этом с вами, вместе обсуждайте ситуации из их жизни, вместе ищите выход.
2. Почаще обращайтесь к детям по имени, не смущаясь и ласкательных окончаний. Обнимайте, целуйте, прижимайте к себе – ребенок должен знать, что родители любят его потому, что они ЕГО родители, и что с Вами он всегда как за каменной стеной. Даже не смотря на то, что он уже взрослый.
3. Никогда не сравнивайте своего ребенка с окружающими детьми, особенно в пользу последних. Для вас должно быть важно то, что в нем улучшилось по сравнению с ним прежними.
4. Почаще хвалите, делайте поменьше замечаний – так будет повышаться самооценка, и он станет уверенней в себе.
5. Заранее готовьте ребенка к каким – либо жизненным переменам или важным событиям – всегда рассказывайте о том, что будет с ним происходить.
6. Сами становитесь уверенней в себе и старайтесь образцы своего уверенного поведения передать сыну.
7. Помогайте детям поверить в свои силы и способности: подчеркивайте их сильные стороны, показывайте, что вы удовлетворены их успехами и даже в случае неуспеха вы все равно его любите.
8. Учите детей жить по правилам и законам, влияя собственным примером. Ни один промах подростка не замалчивайте, старайтесь анализировать и совместно делать выводы.
9. Старайтесь говорить с ними открыто и откровенно на любые темы.
10. Рассказывайте о своих переживаниях в том, возрасте, в котором сейчас находится ваш ребенок.
11. Будьте открыты для общения с ребенком.

***Я желаю вам, гармоничных отношений, понимания ваших детей.
Ведь мы все родом из детства!***

Педагог-психолог - Ирина Игоревна Жан-Чи-Ха