

## Ребенок – подросток. Инструкция для родителей.

Вы стали замечать, что ваш ребенок стал излишне раздражительным, замкнутым и, даже слегка агрессивным. Он избегает, под любым предлогом, совместного с Вами времяпровождения, старается больше времени проводить в одиночестве. У ребенка снизилась успеваемость и появились проблемы в поведении в школе и дома – это значит, у Вашего ребенка – предрасположенность к подростковым проблемам. Как же помочь подростку справиться со своим состоянием? Прежде всего, у него необходимо сформировать четкое убеждение, что его любят в семье и принимают таким, какой он есть, со всеми его проблемами и ошибками. Создать комфортные условия и поддерживать его положительные начинания и поступки. Научитесь задавать вопросы так, чтобы у подростка не возникло желания на них не отвечать или избегать разговора с Вами. Например, вместо вопросов: «Что ты сегодня получил в школе?», «Ты почему не слушал учителя?», «Ты опять мне врешь?» лучше поинтересоваться: «Что сегодня было интересного в школе? Как прошел твой день?», «Конечно, ты можешь иметь собственное мнение, но к мнению старших полезно прислушиваться», «Мне жаль, что я опять выслушиваю неправду». Создайте условия для успеха ребенка-подростка, дайте ему возможность почувствовать себя сильным, умелым, удачливым. Никогда не ругайте ребенка - подростка обидными словами и не оскорбляйте его достоинства. Не ставьте ему в пример его друзей или знакомых. Всегда старайтесь положительно оценивать своего ребенка, даже если Вам кажется, что он в чем-то некомпетентен. Замечания должны звучать не как обвинения. Стремитесь понять подростка, заглянуть в его мысли и чувства, ставьте себя на его место. Старайтесь настолько укрепить доверие подростка, чтобы он делился с Вами своими возможными неприятностями и переживаниями. Станьте ему «добрым другом и советником».

Проявляйте к нему максимум внимания, переживайте за каждую его неудачу вместе с ним и радуйтесь даже незначительным его успехам. Верьте в своего ребенка, и тогда он точно почувствует, что дома ему лучше, чем во дворе, ведь дома его любят, принимают и уважают.

Служба подбора, подготовки и сопровождения  
замещающих родителей КГБУ Детский дом 1  
Социальный педагог Лабзина Лилия Игоревна