

Полезные советы родителям подростков.

Оказывайте ребенку поддержку в семье.

1. Чаще обнимайтесь, целуйте ребенка, хвалите его. Не думайте, что ваш ребенок и так знает, как вы его любите. Это неправда, что с возрастом детям все меньше нравится физическая близость с родителями: объятия, поцелуи. Но (!) уважайте дистанцию, которую устанавливает ребенок.

4. Хотя бы раз в неделю посвятите вечер делу, в котором могут быть заняты все члены семьи. Подумайте и договоритесь, чем вы хотели бы заниматься вместе. Будьте готовы разделить с детьми их интересы.

5. Если у вас двое детей, предоставьте каждому из них возможность индивидуально провести с вами какое-то время. Например: десять минут после школы, полчаса перед сном и т.п. Дайте им понять, что вам тоже хочется эти минуты побыть вместе с ними.

Общение родителей с ребенком

7. Каждый день спрашивайте ребенка: «Как дела?» Начните с простых вопросов: «Что было в школе?» Сделайте такие разговоры привычкой.

8. На самом деле слушайте ребенка. Пусть для детей станет очевидным тот факт, что вы цените их мнение, знания, уважаете чувства.

9. Пусть ребенок самостоятельно делает то, что ему положено делать. Одновременно он должен чувствовать, что вы можете прийти на помощь. Приходите на помощь, когда она требуется.

12. Будьте готовы поговорить с ребенком тогда, когда ему это необходимо.

13. Регулярно спрашивайте ребенка о том, что он думает, во что верит, в чем убежден. Принимайте как факт, что ваши убеждения и убеждения вашего ребенка не всегда совпадают.

14. Никогда не приклеивайте ярлыки к убеждениям ребенка: глупости, ребячество, чепуха. Если хотите возразить, скажите лучше: «Сейчас ты в это веришь, но со временем, когда ты станешь старше...»

15. Время от времени проводите с ребенком весь день вместе. Пойдите в зоопарк, в парк, на природу. За этот день вы переговорите обо всем на свете.

16. Не думайте, что вашему ребенку безразличны события, происходящие в мире: голод, войны, терроризм. Очень многие дети тяжело переживают информацию, которую они смотрят в новостях по телевизору. С ними нужно поговорить о том, что они видели и слышали, и успокоить их.

17. Чем меньше у вас запретных тем для разговоров с ребенком, тем больше он с вами будет делиться.

18. Если вы чего-то не знаете и не можете ответить на вопрос ребенка, помогите ему докопаться до истины. Единственное, о чем вам не следует говорить с ребенком, - это об интимных подробностях вашей личной жизни.

Выработайте единые правила воспитания детей для обоих родителей

19. Договоритесь между собой с супругом/супругой, какого поведения вы ожидаете от ребенка. Воспитывая ребенка, родителям следует придерживаться единых взглядов и не противоречить друг другу.

20. Время от времени пересматривайте ваши требования к ребенку. Они разумные? Честные? Достаточно ли вы уважаете права ребенка? Требуйте слепого подчинения, только когда речь идет о безопасности ребенка. Если у вас возникли какие-то сомнения, прочитайте литературу о воспитании.

22. Предложите ребенку поговорить с вами о ваших требованиях к его поведению. Будьте готовы пояснить, почему вы выдвигаете то или иное требование. Ответ «Потому, что я так сказал...» не является ответом.

23. Регулярно пересматривайте семейные правила для подростков, они должны соответствовать их возрасту и уровню зрелости. Иными словами, степень свободы ребенка должна зависеть от степени его ответственности.

24. Когда вы не уверены в том, что следует делать, посоветуйтесь с другими родителями, со школьным психологом или опытными учителями, со служителями церкви. Они могут дать вам полезный совет.

26. Предложите детям поговорить вместе с вами о правилах и последствиях их невыполнения. Когда к детям относятся уважительно и серьезно, они могут предложить интересные идеи.

28. Будьте постоянны. Повторяйте правила и поощряйте их выполнение. С другой стороны, будьте готовы к возможному пересмотру ваших требований и наказаний за невыполнение семейных правил, когда дети становятся старше или обстоятельства жизни семьи меняются. Абсолютно необходимо менять некоторые правила по мере роста и взросления ребенка.

30. Нельзя предъявлять дисциплинарные требования к ребенку, проявляя при этом злость или жестокость. Если вы почувствовали свое бессилие, раздражение, злость, обратитесь за помощью к профессионалам.

31. Если, несмотря ни на что, ребенок продолжает нарушать установленные вами правила, прекратите его наказывать и выясните, в чем причины такого поведения. Может оказаться, что причины связаны с эмоциональными или психологическими проблемами ребенка или с заболеванием.

Контроль со стороны родителей

32. Будьте в курсе того, кто из членов семьи куда и когда идет, что делает. Это помогает правильно строить общение.

33. Когда вы куда-то уходите, скажите детям, куда вы идете и когда придете. Оставьте телефон, по которому вас можно найти. Это хороший пример ответственного поведения, которому ваш ребенок будет подражать в будущем.

Когда дети одни дома, звоните им и спрашивайте, как дела.

35. Когда ваш ребенок собрался куда-то идти, спросите, куда он идет, с кем, что он собирается делать с другом/подругой и когда он вернется. Сделайте ответы на все эти вопросы привычкой для ребенка.

36. Когда ваш ребенок к кому-то идет на праздник или день рождения, убедитесь в том, что в доме будут взрослые. Проводите ребенка в гости и познакомьтесь с родителями друзей ребенка, если вы с ними незнакомы.

37. Узнайте, кто родители друзей вашего ребенка. Договоритесь с ними, что дети не останутся без присмотра в вашем или их доме.

38. Сделайте все, чтобы ваш дом был приятным местом для друзей вашего ребенка.

62. Пусть друзья вашего ребенка приходят к вам домой. Познакомьтесь с ними. Пусть им будет приятно к вам заходить.

63. Спрашивайте ребенка о друзьях. Как друзья учатся? Чем увлекаются? Кто их родители? Постарайтесь понять, почему ваш ребенок дружит именно с ними.

64. Говорите ребенку, что его друзья вам нравятся.

65. Если друзья ребенка вам не нравятся, то, хотя бы, не критикуйте их. Обычно критика друзей приводит к тому, что ребенок перестает о них рассказывать родителям.