

Советы для родителей.

Уважаемые родители! Подростковый период совпадает с окончанием начальной школы и может длиться до 8 – 9 класса. Ваша задача не упустить это время. Потеря взаимопонимания с ребенком может обернуться деструктивными последствиями, а это:

Протест. Подросток оберегает свою свободу, а все ваши поучения воспринимает «на штыки»;

Эмоции. Ребенок не совершенен и повышенные требования к его учебе и правильному воспитанию порождают у него негативные эмоции;

Чрезмерная забота. Стремлению к личностному развитию мешает излишняя забота.

ИТОГ - ребенок теряет доверительную связь с вами и начинает искать поддержку извне. И вот тут, на первый план выходят «негативно влияющие люди», которые пропагандируют среди подростков идеи НЕ здорового образа жизни. Постоянный контакт с ребенком в подростковом возрасте важен особенно. ВЫ, родители должны слышать и понимать проблемы своего чада, поддерживать его и стать для него прочной опорой. В противном случае – печаль, переживания и одиночество могут подтолкнуть подростка к ведению Нездорового образа жизни.

Уважаемые родители! Если вы заметили серьезные изменения в поведении ребенка, если он потерял интерес к учебе, перестал слушаться, стал апатичным, лучше обратиться к специалисту, пока не поздно.

А чтобы не случилось беды с вашим ребенком:

- Открыто обсуждайте семейные и внутренние проблемы детей.
- Помогайте своим детям строить реальные цели в жизни и стремиться к ним.
- Любые стоящие положительные начинания своих детей одобряйте словом и делом.
- Больше любите своих подрастающих детей, будьте внимательными и, что особенно важно, деликатными с ними.
- Сохраняйте контакт со своим ребенком. Важно постоянно общаться с подростком, несмотря на растущую в этом возрасте потребность в отделении от родителей.

Для этого:

- расспрашивайте и говорите с ребенком о его жизни, уважительно относитесь к тому, что кажется ему важным и значимым.
- придя домой после работы, не начинайте общение с претензий, даже если ребенок что-то сделал не так. Проявите к нему интерес, обсуждайте его ежедневные дела, задавайте вопросы. Замечание, сделанное с порога, и замечание, сделанное в контексте заинтересованного общения, будут звучать по-разному!
- помните, что авторитарный стиль воспитания для подростков неэффективен и даже опасен. Чрезмерные запреты, ограничения свободы и наказания могут спровоцировать у подростка ответную агрессию или аутоагрессию (то есть, агрессию, направленную на себя). В подростковом возрасте предпочтительной формой воспитания является заключение договоренностей. Если запрет необходим, не пожалейте времени на объяснение целесообразности запрета. Если же ребенок продолжает протестовать, то постарайтесь вместе найти решение, устраивающее и вас, и его.

АНКЕТА

Давайте ответим с вами на некоторые вопросы, которые помогут увидеть и отразить картину взаимоотношений с вашим ребёнком.

- Рождение вашего ребёнка было желанным?
- Вы каждый день его целуете, говорите ласковые слова или шутите с ним?
- Вы с ним каждый вечер разговариваете по душам и обсуждаете прожитый им день?
- Раз в неделю проводите с ним досуг (кино, концерт, театр, посещение родственников, поход на лыжах и т.д.)?
- Вы обсуждаете с ним создавшиеся семейные проблемы, ситуации, планы?
- Вы обсуждаете с ним его имидж, моду, манеру одеваться?
- Вы знаете его друзей (чем они занимаются, где живут)?
- Вы в курсе о его время проведении, хобби, занятиях?
- Вы в курсе его влюблённости, симпатиях?
- Вы знаете о его недругах, недоброжелателях, врагах?
- Вы знаете, какой его любимый предмет в школе?
- Вы знаете кто у него любимый учитель в школе?
- Вы знаете, какой у него самый нелюбимый учитель в школе?
- Вы первым идёте на примирение, разговор?
- Вы не оскорбляете и не унижаете своего ребёнка?

Если на все вопросы вы ответили "ДА", значит, вы находитесь на верном родительском пути, держите ситуацию под контролем и сможете в трудную минуту прийти на помощь своему ребёнку.

А если у вас большинство "НЕТ", то необходимо немедленно измениться, повернуться лицом к своему ребёнку, услышать его, пока не случилась беда!

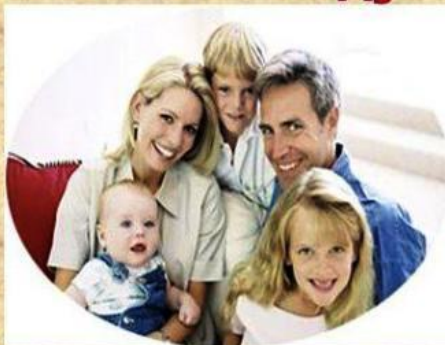
Счастья Вам и Вашим близким!

Памятка для родителей.

Вся семья вместе - и душа на месте.

Режим дня

Один из основных факторов здоровья человека. Он помогает школьнику становиться волевым, дисциплинированным.



Знает мама,
знает папа, для
детей Закон
такой - в **22**
часа домой!



Попробуйте азарт и завод экстрима, займитесь спортом, пойдите в горы, поднимите парус, погрузитесь в море. Здесь найдется место и серьезности, и рациональности, и безумству, и смелости. Сделайте это вместе с детьми или помогите им сделать это. Совместные трудности и успехи приведут к совместным эмоциям. Общие состояния и победы укрепят взаимопонимание и взаимоуважение. На наш взгляд, здоровый образ жизни - это жизнь со вкусом каждый день и каждую минуту. Один мудрый человек сказал:

«С детьми нужно просто быть»