«Общаться с подростком. Как?»

 Каждому из нас очень хотелось бы, чтобы с детьми не было никаких проблем, особенно проблем с послушанием. Но на деле всё оказывается настолько проблематично, что взрослые теряются, начинают искать решения, ещё больше запутываются, а подрастающий ребёнок всё больше забирает власть в свои руки.

 Что такое подростковый возраст, какие опасности он таит, какие возможности он предоставляет, как сделать так, чтобы эти опасности предельно уменьшить, а возможности полно­стью реализовать, как вести себя родителям с подростком? Подростковый возраст очень сложный, но необычайно важный период для становления личности человека.

Давайте остановимся на возрастных особенностях подросткового возраста.

Особенности подросткового возраста
 **1.** Подростков более всего интересует собственная личность. Вопросы «Кто я?», «Чем я отличаюсь от других?» становятся вопросами номер один.
**2.** Подростки более всего заняты выяснением и построением своих отношений с другими людьми. Дружба – главное, что их интересует.
**3.** Подростки – искатели смысла жизни. Их начинает волновать главный вопрос  человеческого существования: «Зачем я живу? В чем мое предназначение?».
**4.** Подростки настолько поглощены своим половым созреванием, что вопросы отношений между    мужчинами и женщинами занимают их более всего на свете.
**5**. Подростки постоянно конфликтуют с  взрослыми.
**6.** Подростки чувствуют недостаток уважения к ним со стороны взрослых. Они хотят равноправных отношений с взрослыми.
**7.** Подростки постоянно думают о том, как их оценивают другие люди.
**8.** Подростки – существа  безответственные. Они хотят иметь все права (как взрослые), и никаких обязанностей (как дети).
**9.** Подростки перенимают вкусы, взгляды, манеры своей компании; стесняются быть «не как все».
**10.** Подростки ищут свой жизненный стиль, оригинальничают, подчеркивают свое своеобразие, непохожесть на других.
**11.** У подростков появляется способность менять самих себя, заниматься самовоспитанием. Они становятся творцами, хозяевами, авторами собственной жизни.

**Как помочь подростку?**

 Если Вы стали замечать, что Ваш ребенок стал излишне раздражительным, замкнутым и даже слегка  агрессивным. Если он избегает под любым предлогом совместного с Вами времяпровождения, старается больше времени проводить в одиночестве. Если у ребенка снизилась успеваемость и появились проблемы в поведении в школе – это значит, у Вашего ребенка начались подростковые проблемы. 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.

·Необходимо показать своими поступками, что Вам можно доверять.
· Создать комфортные условия и поддерживать его положительные начинания и поступки.
·Попытаться превратить свои требования в его желания.
·Культивировать значимость образования.
·Стараться вкладывать в его сознание приоритеты.
·Ребенок не должен бояться ошибиться или сказать Вам правду, какая бы она ни была.
·Никогда не ругайте ребенка 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.
· Хвалить надо исполнителя, а критиковать только исполнение. Хвалить надо персонально, а критиковать – безлично.

· Живите во имя своего ребенка.

· Проявляйте к нему максимум внимания, переживайте за каждую его неудачу вместе с ним и радуйтесь даже незначительным его успехам.
· Объединяйтесь с ребенком против его трудностей. Он должен видеть в Вас союзников, а не противников или сторонних наблюдателей.
· Верьте в своего ребенка, и тогда он точно почувствует, что дома ему лучше, чем во дворе, ведь дома его любят, принимают и уважают.

**Памятка о воспитании подростков**

1. Не ставьте на подростке «крест», ведь его обостренное самолюбие и социальная позиция – это результат «трудного возраста».

2. Любите подростка и принимайте его таким, как он есть – со всеми его достоинствами и недостатками.

3. Опирайтесь на лучшее в подростке, верьте в его возможности.

4. Стремитесь понять подростка, заглянуть в его мысли и чувства, ставьте себя

на его место.

5. Создайте условия для успеха ребенка-подростка, дайте ему возможность почувствовать себя сильным, умелым, удачливым.

6. Не сравнивайте подростка с другими детьми. Помните, что каждый ребенок уникален и неповторим.

7. Не унижайте и не оскорбляйте подростка (особенно в присутствии сверстников).

8. Будьте самокритичными, принципиальными, старайтесь настолько укрепить доверие подростка, чтобы он делился с Вами своими возможными неприятностями и переживаниями.

9. Станьте ему добрым другом и советником.

**Успехов Вам!**