|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***ИДЕАЛЬНЫЕ РОДИТЕЛИ, ОПЕКУНЫ (ПОПЕЧИТЕЛИ):***   * ***Понимают своих детей;*** * ***Любят своих детей;*** * ***Помогают решать проблемы;*** * ***Не кричат на своих детей;*** * ***Готовы к тому, чтобы всегда выслушать и поддержать своих детей;*** * ***Не читают нотаций;*** * ***Не пьют.***   ***https://im0-tub-ru.yandex.net/i?id=167ef0365ff19b19bd23023f078243f7&ref=rim&n=33&w=211&h=150*** | ***Быть родителем подростка непросто. Но, дорогие родители, опекуны (попечители) стоит помнить, что и подростком быть не легче. Сами посудите: дома, в школе, в компаниях сверстников от ребенка постоянно что-то требуют. Ему нужно научиться соблюдать хрупкий баланс между тем, чтобы быть самостоятельным и быть членом группы (семья, класс, компания друзей и т.д.). Словом, подростку на свете живется непросто. Поэтому, дорогие родители, опекуны (попечители) вам важно, в первую очередь, сохранить близкие отношения со своим ребенком. Ему очень нужна ваша поддержка, пусть даже он сам этого не признает.***  ***Если вы до конца и по-честному будете следовать этим Семи Правилам, то уже через 2-3 недели заметите, как изменятся ваши отношения с вашим ребенком. Изменяться, безусловно, в лучшую сторону.*** | **Орган опеки и попечительства Администрации муниципального образования «Темкинский район» Смоленской области**  **7 правил**  **для родителей, опекунов (попечителей) подростка или как стать ближе к своему ребенку**  https://im0-tub-ru.yandex.net/i?id=a509bd0dd23fba460284168ef5f6720b&ref=rim&n=33&w=150&h=150  **с. Темкино 2021 год** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Правило 1.  НЕ ЗАДАВАЙТЕ ВАШЕМУ РЕБЕНКУ ЛИШНИХ ВОПРОСОВ***  «Где ты был? А с кем? И сколько ты их уже знаешь? А они нормальные люди? А они из твоего класса? А кто их родители? А какого цвета пол в их квартирах?» Знакомая ситуация? Многие родители, опекуны (попечители) задают своим детям бесконечное количество вопросов. Вы, вероятно, думаете, что таким образом проявляете заботу и беспокойство о своем ребенке? На самом деле, это не так. Так проявляется излишний контроль и попытки ограничить личное время и пространство вашего ребенка.  Ребенок во время такой «душевной беседы» чувствует себя как подозреваемый на допросе. Вы действительно хотите, чтобы ваш ребенок именно так воспринимал ваше общение?  ***Правило 4. НАУЧИТЕСЬ СЛУШАТЬ СВОЕГО РЕБЕНКА***  Массы проблем можно было бы избежать, если бы родители вовремя замолчали и начали слушать своего ребенка. Не стоит постоянно поучать ваших детей, делать им замечания и выспрашивать подробности их личной жизни (да-да, у вашего ребенка подросткового возраста есть личная жизнь). Дети готовы делиться с родителями своими переживаниями, радостями и проблемами, им только нужно дать возможность быть услышанными.  ***Правило 5. ВСЕГДА ОКАЗЫВАЙТЕ РЕБЕНКУ ПОДДЕРЖКУ И ПОМОЩЬ, КОГДА ЕМУ ТРУДНО***  Одна из типичных родительских ошибок заключается в том, что они требуют от своих детей большей ответственности и самостоятельности тогда, когда дети к этому еще не готовы. «Раз ты смог сам заработать себе неприятности, значит сможешь сам и разобраться с этим!». Родители ошибочно полагают, что таким образом преподают своим детям урок взрослой жизни, мол, пусть теперь разбирается с проблемой сам, зато в другой раз хорошо подумает прежде, чем влезать в неприятности.  И ребенок действительно хорошо подумает, можете не сомневаться… Подумает и поймет, что к родителям за помощью обращаться бессмысленно, а значит, помощь придется искать где-то в другом месте у других людей. Дальнейший сценарий поисков помощи на стороне и последствий этого оставляю вашему воображению | ***Правило 2. НИКОГДА НЕ СРАВНИВАЙТЕ СВОЕГО РЕБЕНКА С ДРУГИМИ ДЕТЬМИ***  Это правило следует соблюдать родителям детей **любых возрастов**. Именно сравнение себя с другими лежит в основе низкой самооценки и множества других психологических проблем. Если вы сравниваете своего ребенка с другим, задумайтесь о том, зачем вы это делаете? Даже если он не первый в классе, не слишком быстро бегает и поет хуже Вани из соседнего подъезда, что с того? Неужели вы будете от этого любить его меньше? Ребенку-подростку особенно важно быть принятым таким, каков он есть! Без сравнений и осуждений.  «А вот у моей подруги дочь играет на скрипке! А ты даже Собачий вальс осилить не можешь!» Что, по вашему, должен чувствовать ребенок, если его родители, опекуны (попечители) в не особо завуалированной форме фактически называют его дураком и неудачником? Как он научится себя уважать и ценить, если даже самые близкие люди — родители — отказываются признать, что он чего-то стоит?  Кроме того, задумайтесь вот о чем: если вы постоянно сравниваете своего ребенка с другими детьми, рано или поздно и он догадается сравнить вас с другими родителями. И будьте уверенны, в этом сравнении вы проиграете так же, как и ваш ребенок проигрывает для вас в сравнении с другими детьми.  …  ***Правило 6. УВАЖАЙТЕ ЛИЧНОЕ ПРОСТРАНСТВО СВОЕГО РЕБЕНКА***  В подростковом возрасте у ребенка появляется личная жизнь. Я имею в виду, не любовные приключения, а те дела, секреты и увлечения, которыми он может с вами не делиться. И это нормально! Это может быть тяжело, однако чем быстрее вы это примете, тем лучше.  Дневники, страницы в социальных сетях, ящики стола и шкафов — все это личное пространство вашего ребенка, где он чувствует себя хозяином. Уважайте это. Никогда не влезайте в его переписку или историю смс, не открывайте его личный дневник даже, если вы знаете, где он спрятан. Во-первых, это серьезно нарушает формирование здоровых психологических границ, необходимых для полноценной взрослой жизни. А во-вторых, стоит вашему ребенку хотя бы раз «поймать вас за руку» и вам будет очень-очень трудно вернуть его доверие. | ***Правило 3. ВОДЕРЖИВАЙТЕСЬ ОТ САРКАЗМА И ПРЕНЕБРЕЖИТЕЛЬНЫХ ВЫСКАЗЫВАНИЙ ОТНОСИТЕЛЬНО МНЕНИЙ И УБЕЖДЕНИЙ СВОЕГО РЕБЕНКА***  Даже если ваш ребенок, с вашей точки зрения, откровенно неправ, позвольте ему отстоять свою точку зрения. Подростковый возраст — это время проб и ошибок, время тренировок перед тем, как начнется забег, именуемый взрослой жизнью. Ему важно научиться отставить свое мнение, равно как и важно научиться признавать, что он был неправ. Но свою неправоту подросток должен понять сам. Если вы надавите, ребенок сломается. Или обозлиться и затаит обиду. Не стоит ожидать позитивных результатов от давления.  Поймите следующее: когда ребенок высказывает свою точку зрения, он пробует себя таким образом в позиции взрослого. Это важный опыт, не лишайте своего ребенка этого. Если вы посмеетесь над ним, для него это будет означать, что вы, а в вашем лице и весь мир, не воспринимают его всерьез. Будьте старшим, более мудрым другом своему ребенку, а не диктатором.  ***Правило 7. СОБЛЮДАЙТЕ БАЛАНС МЕЖДУ ПРАВАМИ И ОБЯЗАННОСТЯМИ ПОДРОСТКА***  Еще одну типичную родительскую ошибку можно обозначить как «ребенок должен». Ребенок должен учиться, быть послушным, убирать в доме, ходить за покупками, следить за младшими детьми в семье и так далее. Обязанности у ребенка, безусловно, должны быть. Однако они обязательно должны уравновешиваться правами.  Найдите время, когда вы со своим ребенком сядете и вместе в спокойной обстановке составите два списка — один с правами ребенка, а другой — с его обязанностями. И следите за тем, чтобы соблюдать их оба! Кстати, такой же список можно составить и для каждого из родителей. |