**Рекомендации родителям подростков**

В современных исследованиях выявлена прямая зависимость влияния семейного фактора на особенности развития ребенка. Каким будет наш ребенок- во многом зависит от родительской компетентности, от того насколько мама и папа знают и применяют технологии эффективного взаимодействия с ребенком, воспитания и развития. Родителям, для того чтобы быть успешными родителями, необходимо знать основы возрастной психологии, уметь выстраивать систему воспитания в семье, владеть технологиями взаимодействия с ребенком, а также широким арсеналом средств действия в конкретных ситуациях. Психологическая грамотность родителя во многом выступает залогом успешности ребенка и гармоничности отношений в семье. Вместе с тем, незнание родителями технологий и методов общения с ребенком зачастую приводит к серьезным трудностям детей – они становятся тревожными, агрессивными, перестают слушаться родителей, начинают конфликтовать с ними, а порой даже уходят из дома. Особенно это бывает в подростковом возрасте. Поэтому эффективная работа психолога невозможна без привле­чения к ней родителей подростков. По сравнению с началь­ной школой, здесь возникает ряд сложностей, связанных, прежде всего, с тем, что родители тех подростков, кото­рые действительно нуждаются в помощи психолога, по собственной инициативе обращаются к нему достаточ­но редко. Это связано и с большой занятостью родите­лей на работе, и с неверием в результативность психо­логической помощи, но наиболее частой причиной является неблагополучие в семье (которое чаще всего и служит прямой или косвенной причиной проблем подростка). Нередки также случаи, когда обра­щению мешают чувства стыда и вины, переживание себя как «неудачного, плохого, неумелого» родителя.

1. Подростки более всего заняты выяснением и построением своих отношений с другими людьми. Дружба – главное, что их интересует.

2. Подростки постоянно конфликтуют с взрослыми.

3. Подростки – существа безответственные. Они хотят иметь все права (как взрослые), и никаких обязанностей (как дети).

4. У подростков появляется способность менять самих себя, заниматься самовоспитанием. Они становятся творцами, хозяевами, авторами собственной жизни.

*- 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*

*-Культивировать значимость образования*

*- Никогда не ругайте ребенка обидными словами и не оскорбляйте его достоинства · Не ставьте ему в пример его друзей или знакомых*

*- Верьте в своего ребенка, и тогда он точно почувствует, что дома ему лучше, чем во дворе, ведь дома его любят, принимают и уважают*

**Агрессивный подросток.**

- Ни в коем случае не позволять себе разговаривать с подростком на повышенных тонах.

 - Сделайте все, чтобы ваш ребенок в каждый момент времени чувствовал, что вы его любите, цените и принимаете, не стесняйтесь лишний раз его приласкать и пожалеть.

**Как вести себя с конфликтным ребенком?**

- Контролируйте приступы гнева у ребенка. Пытайтесь сдерживать его желание вступить в конфликт.

 - Обязательно обсудите с ребенком причины возникновения ссоры и пути бесконфликтного выхода из нее.

Как распознать, что ребенок лжет?

- Особенности взгляда: ускользающий взор, не смотрит в глаза.

- Многословие, отсутствие четких формулировок.

 - Излишняя эмоциональность, когда ребенок кричит, нервничает.

**Памятка «Как воспитать правдивого ребенка»**

1. Будьте единодушны в требованиях к ребенку. Самые опытные манипуляторы вырастают в семьях, где нет единых требований, и родители соревнуются между собой. Ребенок в такой семье уже к пяти годам знает, что сказать маме, если что-то запретил папа, чтобы получить желаемое. Единые требования к ребенку должны быть у семьи и школы.

  2. Постарайтесь понять, почему ребенок солгал. Работать нужно не с самим фактом лжи, а с мотивом, причиной, по которой ребенок солгал. В 10% случаев Вы обнаружите, что это не ложь, а недоразумение. В 20% ситуаций лежит стремление ребенка получить или продолжить запретное удовольствие. В 30% - это страх, стремление избежать наказания. И если вы будете ругать и запугивать ребенка, произойдет усугубление: ребенок не перестанет бояться, а следовательно лгать. В оставшихся 40% случаях лежат причины, описанные в памятке «Причины лживого поведения».

 3. Если ребенок признался во лжи, ни в коем случае нельзя его наказывать. Каким бы ни был проступок, или Вы рискуете больше никогда не услышать правды.

 4. Пусть ребенок сам устраняет результаты лжи. Возвращает взятую без спроса вещь, просит прощения, извиняется перед учителем за то, что списал и пр. Если Вы наказали ребенка за вранье, но он успел получить удовольствие – съесть сладкое, получить пятерку, нагуляться и пр., Вы закрепили привычку. Задача взрослых – не позволить ребенку получить психологическое и физическое удовольствие от результатов собственной лжи. Укоры совести, которые он испытает при ликвидации последствий своего обмана, не позволят ему поступать так в следующий раз

**Памятка по воспитанию подростков**

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

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

**Станьте ему «добрым другом и советником».**

 3. Борьба за самоутверждение. Ребёнок объявляет войну бесконечным указаниям, замечаниям и опасениям взрослых. Он ждёт доверия к себе. Он хочет решать сам, это заложено в его природе – нельзя прожить жизнь на опыте старших.

**Как и когда ребенок становится подростком, подросток – юношей , юноша- взрослым? Это происходит не в один день, и часто возрастные перемены незаметны для нас: еще вчера наши дети были маленькими, нуждались в нашей заботе и опеке, а сегодня они заявляют о своей взрослости, требуют самостоятельности и независимости.**