

Сегодня многим подросткам кажется, что они никому не нужны, что они не соответствуют ожиданиям самых близких людей. Отсюда и ощущение собственной ненужности, незащищенности, безнадежности и одиночества, что приводит к снижению самооценки, эффективности в учебной занятости и развитию депрессии.



ЭТО НЕОБХОДИМО ЗНАТЬ:

- Чрезвычайно важно, чтобы родители контролировали свои эмоции (ведь этому ваши дети тоже учатся у вас);
- Чрезмерно неконтролируемый гнев и раздражение родителя помешает ребенку обратиться к вам за помощью и поддержкой, когда ему она будет жизненно важна. Задайте себе вопрос: «Где и у кого он найдет эту помощь?»;
- Чем больше вы критикуете, осуждаете своего ребенка, тем он становится более замкнутым, недоверчивым и скрытным;
- Вы недооцениваете детскую наблюдательность – они быстро видят «двойные стандарты» и если они не говорят вам о ваших промахах, то это еще не значит, что вы их не совершаете, а молчат они потому, что вы не хотите их слушать;
- Сначала вы начинаете сомневаться в способностях вашего ребенка и видеть его недостатки, а вот неуспешным и «трудным» ребенок становится потом – оправдывая ваши «ожидания».

ЭТО НЕОБХОДИМО ПОМНИТЬ:

- Жизненный опыт приобретается через совершение собственных ошибок (редко, кто учится на чужих, как правило, это свои ошибки);
- Когда вы были в том же возрасте, что и ваш ребенок, вы также хотели справедливого отношения к себе, понимания, испытывали желание быть услышанным, а еще вы совершали поступки, которые вряд ли совершите сейчас, будучи взрослым человеком;
- Нет ничего важнее жизни и счастья ребенка, но почему-то ребенок и его проблемы часто вызывают раздражение и всегда «ни к стати»;
- Когда дети ведут себя агрессивно, когда их поведение служит причиной вызова для беседы в школу – пришло время отодвинуть «неотложные» дела и помочь своему ребенку (не наказывать, запретить, лишить и т.д., а именно помочь);
- Те ошибки в воспитании, которые вы допускаете, будут совершать и ваши дети в воспитании ваших внуков;
- Любите ребенка просто так, а не за его успехи и достижения.
РОДИТЕЛЕМ БЫТЬ ЗДОРОВО!

**ЕСЛИ В ОТНОШЕНИЯХ С РЕБЕНКОМ
ВЫ НЕ ЗНАЕТЕ, КАК ПОСТУПИТЬ,
КАК ЕМУ ПОМОЧЬ, ВЫ МОЖЕТЕ
ОБРАТИТЬСЯ ЗА КОНСУЛЬТАЦИЕЙ:**

- **8-800-2000-122**
Детский телефон доверия
- **8(3452) 42-37-88**
Центр «Семья» Отделение
реабилитации семьи и детей
г.Тюмень, ул. Ермака 1а

ПСИХОЛОГ ОН-ЛАЙН



ICQ **373-517-887**



Mailru агент - [my.mail.ru/inbox/
psiholog_help/](mailto:my.mail.ru/inbox/psiholog_help/)



Вконтакте - vk.com/id230917742



Одноклассники – [ok.ru/
profile/576913982221](https://ok.ru/profile/576913982221)



Facebook - [facebook.com/profile.
php?id=100009032009704](https://facebook.com/profile.php?id=100009032009704)

ПОДРОСТКИ – это дети, которые находятся на пути к взрослению. Это еще не юноши и девушки, и их потребности, в том числе и духовные, - это еще потребности детей. Одна из самых распространенных ошибок взрослых (родителей, учителей) состоит в том, что они считают подростков взрослыми людьми (молодыми, но взрослыми). Мы для себя наделяем их возможностями, мерой ответственности, выносливостью и пониманием, которые приходят только с жизненным опытом по-настоящему взрослого человека.

ПОДРОСТКИ – ЭТО ЕЩЕ ДЕТИ

