

## Рекомендации родителям подростка

- Подростковый возраст - это пик активности, прежде всего физической, время бурной перестройки организма, который «диктует» специфические парадоксы подростковой психики:
- Подросток хочет вырваться из-под опеки взрослых, получить свободу, но при этом, не зная, что с ней делать; хочет выразить себя, но не знает как;
- Подросток стремится иметь своё лицо, выделиться из «толпы», но делает это при полной слитности со своим окружением, стараясь быть как все в компании, в классе, во дворе и т.д.;
- Интересно сразу всё и ничего;
- Хочется всего сразу, и, если позже, то тогда, зачем всё это;
- При всей своей самоуверенности подросток очень неуверен в самом себе.

*Помня об этих парадоксах, родителю во взаимодействии с подростком целесообразно соблюдать следующие правила:*

1. Правила, огорчения, запреты, требования обязательно должны быть в жизни каждого подростка. Это особенно полезно помнить родителям, желающим как можно меньше огорчать детей и избегать конфликтов с ними. В результате они идут на поводу у собственного ребёнка. Это попустительский стиль воспитания.
2. Правил, ограничений, требований, запретов, не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими. Это правило предостерегает от другой крайности - воспитания в духе «закручивания гаек», авторитарного стиля общения.
3. Родительские установки не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребёнка в движении, познании, упражнении, общении со сверстниками.
4. Правила, огорчения, требования должны быть согласованы взрослыми между собой. В противном случае дети предпочитают настаивать, ныть, вымогать.
5. Тон, которым сообщено требование и запрет, должен быть дружественным, разъяснительным, а не повелительным.
6. Важно помнить, что гораздо легче предупредить появление трудностей, чем потом преодолевать их.