

## **Воспитываем личность!**

### **Рекомендации родителям подростков.**

Многие рекомендации, возможно, кому-то покажутся очевидными и даже банальными. Но ни одной из них пренебрегать не стоит – если из этой цепочки выбросить хотя бы одно звено, она не станет просто корочкой, она, скорее всего, рассыплется.

**Семь правил, которых всегда нужно придерживаться**

- 1. Любите ребенка и уделяйте ему как можно больше времени.** Доверительная и дружеская атмосфера в семье – подушка безопасности для него и в детстве, и потом, во взрослой жизни. Это подарит ему уверенность в себе и своих силах, оптимистичный взгляд на мир и избавит от ненужного психологического напряжения.
- 2. Позволяйте детям делать выбор и отвечать за последствия.** Только так можно получить ценный опыт, а в детстве этот процесс намного безболезненнее. О том, насколько важна – особенно для подростка – возможность выбора.
- 3. Поручайте ребенку задачи в соответствии с его возрастом и возможностями, постепенно увеличивая сложность.** Чем больше он способен что-то делать самостоятельно, в том числе и по дому, тем более уверенным и независимым человеком вырастет. И не нужно делить обязанности на якобы мужские и женские.
- 4. Не сравнивайте сына или дочь с кем-либо.** Не навешивайте ярлыки наподобие «ты ленивый», «несамостоятельный» – это может привести к закреплению подобных качеств. Делайте акцент на хорошем, всегда старайтесь подбодрить: «У тебя все получится», «Ты справишься».
- 5. Подчеркивайте важность саморазвития для успешной социализации в будущем.** В наше время процесс самообразования становится непрерывным, причем в любой сфере деятельности. Читать книги, слушать лекции, получать практические навыки – личная ответственность подростка. Будьте примером для него.
- 6. Принимайте ребенка таким, какой он есть.** Как можно больше разговаривайте о том, что его волнует: о школьной жизни, отношениях с другими детьми, увлечениях, выборе профессии. Искренне интересуйтесь его мнением, показывайте, что оно действительно важно для вас. Не высмеивайте ребенка, даже если его рассуждения кажутся вам забавными или странными. Проявите чуткость и такт.

**7. Учите думать, анализировать, сопоставлять факты, продумывать различные варианты развития событий и выбирать из них оптимальный, отстаивать собственное мнение.** Обязательное качество ответственного и самодостаточного человека – наличие критического мышления.

И, конечно, взрослые должны следить за тем, чтобы самим находиться в ресурсном состоянии.

Педагог – психолог: Ю.А. Антипина