

## Советы родителям детей подросткового возраста на каждый день

1. Старайтесь замечать даже маленькое достижение ребенка в любом деле, в поведении, в отношении к окружающим.

2. Учитесь безусловно любить ребенка за то, что он есть, а не за то, что он отличник, способный или хороший помощник.

3. Важно сформировать у ребенка адекватную самооценку, уверенность в себе и своих силах:

- отмечайте позитивные черты личности Ваших детей, при этом дочери делайте комплименты, подчеркивая черты ее женственности, сыну говорите о его достоинствах.

*Хвалите своих детей, когда у Вас просто хорошее настроение!!!*

- не сравнивайте ребенка с другими, более благополучными, детьми;

- старайтесь не оценивать его, полюбите его недостатки, спросив себя: «Для чего моему ребенку лень?» («Для чего ему упрямство?» и т.п.)

Есть ли у Вас, дорогой родитель, такие же качества личности – недостатки? Для чего они Вам?

4. Избегайте приказов, угроз, морали и нравоучений, оскорблений и высмеиваний при общении с ребенком.

5. В общении с ребенком используйте «я – сообщение», «я - чувство». Больше хвалите, поощряйте самостоятельную деятельность ребенка.

6. Будьте союзником в позитивных начинаниях и его другом.

7. Дайте возможность ребенку общаться со сверстниками, сохраняйте доверительные и искренние отношения с ребенком и его друзьями.

8. Важно сформировать у ребенка хобби с учетом его способностей и желаний, а не желаний родителей.

Необходимо уже в этом возрасте сориентировать ребенка на выбор будущей профессии.

9. Важно сформировать стрессоустойчивую личность. Для этого надо научиться способам совпадающего со стрессом поведения и осознать, что же приносит в жизни удовольствие.

Умейте быть счастливыми, любите себя. С радостью проживайте все трудности вместе со своим ребенком. И с удовольствием взрослейте вместе с ним!

**Работайте вместе с ребенком над собой!**  
**Развивайтесь вместе с Вашими детьми!**