

Рекомендации родителям трудных подростков.

1. Не злоупотребляйте наказаниями и запретами. Найдите причину или причины такого поведения. Помните, что к вашему ребёнку нужен индивидуальный подход.
2. Усиьте познавательный интерес. Вовлекайте сына или дочь в разные виды деятельности, но держите ситуацию под постоянным контролем.
3. Разговаривайте, объясняйте, но не ставьте условий, не требуйте сразу идеального поведения. Комплексно вводите изменения в режим дня, в общество подростка, в досуг.
4. Замечайте даже незначительные изменения в поведении, так как сначала асоциальное поведение проявляется эпизодически, ситуационно.
5. Необходимо найти сильные качества подростка и правильно их использовать, развивать, давая посильные задания. В ребёнка необходимо верить – это главное!
6. Громадное значение имеет для трудного подростка испытать счастье, радость успеха. Это величайший стимул к самосовершенствованию. Говорите с ребёнком, избегайте резких выражений.
7. Цените откровенность подростка, искренне интересуйтесь проблемами.
8. Общайтесь на равных, тон приказа срывает не в вашу пользу. Дайте понять, что вы понимаете подростка.
9. Нельзя подшучивать над ними, высмеивать чувства, умаляя их значение. Постарайтесь относиться к вашим детям с уважением, помните об их ранимости и уязвимости
10. Не раздражайтесь и не проявляйте агрессивности, будьте спокойны, сдержанны. Помните, что ваша грубость вызовет их ответную реакцию.
11. Не говорите об объекте увлечения вашего ребёнка пренебрежительным тоном, тем самым вы унижите его самого.
12. Ни в коем случае нельзя грубо и категорично разрывать отношения подростков, ведь они только ещё учатся общаться друг с другом и чаще всего даже и не помышляют ни о чём плохом.
13. Установите со своим ребёнком дружеские отношения, и вы будете иметь возможность не просто контролировать его поведение, но и влиять на его поступки.
14. Позвольте подростку самостоятельно разобраться в объекте своей привязанности, и если у него наступит разочарование в своих чувствах, пусть оно исходит

не от вас, а от него самого. Он почувствует, что способен самостоятельно разбираться в ситуации и принимать решения.

15. Помните, что с одной стороны, подросток остро нуждается в помощи родителей, сталкиваясь с множеством проблем, а с другой – стремиться оградить свой внутренний мир интимных переживаний от бесцеремонного и грубого вторжения, и он имеет на это полное право!

***Родителям подростков необходимо знать о существующих симптомах,
и как можно определить в поведении ребенка что-то неладное:***

1. Самый верный способ узнать о злоупотреблении в отношении ребенка, когда он сам открыто, заявляет о том, что с ним произошло.

2. Если вы хотите оставить ребенка у родственников, соседей или если вдруг ребенок не хочет оставаться дома, пойти в школу и начинает кричать, плакать, стоит обратить на это особое внимание.

3. Если вдруг ребенок рассказывает вам неприятную историю, произошедшую с его другом, это знак, на который надо обратить внимание. Возможно, это скрытая просьба о помощи.

4. Если вдруг резко неожиданно повысилась или, наоборот, понизилась успеваемость ребенка, это тоже косвенный симптом, необходимо обратить внимание на ребенка.

5. Если ребенок внезапно теряет аппетит или, наоборот, постоянно чувствует голод.

6. Нарушение сна у ребенка: он не может заснуть, ему снятся кошмары или же наоборот, он все время спит.

7. Ребенок вдруг становится тревожным, агрессивным или замкнутым, перестает общаться со сверстниками.

8. В разговоре ребенок затрагивает вопросы о смысле жизни, о смерти, говорит о том, что если бы его не было, было бы лучше.

9. Если Вы вдруг заметили у ребенка не соответствующие его уровню развития рисунки – это признак того, что он знает больше положенного. Нужно выяснить: это просто интерес к данной теме или же выражение своих страхов через рисунок.

10. Если вдруг у ребенка появилось настойчивое желание нравиться противоположному полу.

11. На фоне внешней уравновешенности у ребенка обнаруживаются энурез (это ночное недержание мочи, непреднамеренное мочеиспускание) и энкопрез. (это: непроизвольное выделение кала, недержание кала)

12. Ребенок стал пренебрежительно, разрушающе относиться к своей жизни, у него появились порезы на месте вен, ожоги, колотые раны, повышенный интерес к экстремальным видам спорта, к неоправданному риску.

13. У ребенка выявилась тяга к алкоголю, азартным играм, кражам, противоправным поступкам, наркотикам, токсикомании и т. д.

14. У ребенка возникли навязчивые состояния, движения или действия, например, увеличилась частота принятия душа.

15. При прикосновении ребенок вдруг начинает вздрагивать.

16. Если ребенок, одеваясь, старается все прикрыть, быть незамеченным или, наоборот, стремиться выглядеть вызывающе.

17. У ребенка появились регрессирующие тенденции, вдруг стал снова сосать палец, грызть ногти, картавить или шепелявить.

18. Ребенок начал сбегать из дома.

19. Если ребенок, играя, неосознанно проговаривает, как кому-то из действующих лиц плохо, потому что ему сделали больно. Прислушайтесь к тому, как озвучивает игру ребенок, и в игровой форме уточните причину боли.

Если Вы нашли в поведении ребенка более 10 упомянутых выше симптомов, срочно обратитесь к специалисту за своевременной квалифицированной помощью.