**10 советов родителям подростков**

***В воспитательном процессе недопустима конфронтация, борьба воспитателя с воспитанником, противопоставление сил и позиций. Только сотрудничество, терпение и заинтересованное участие воспитателя в судьбе воспитанника дают положительные результаты.***

* ***В подростковом возрасте дети начинают оценивать жизнь своих родителей.***

*·* ***Обсуждают поведение, поступки, внешний вид мам и пап.***

*·* ***И постоянно сравнивают.***

*·* ***Результат этого сопоставления скажется на ваших отношениях с сыном или дочерью.***

*·* ***Он может быть для вас как приятным, так и неприятным.***

***Совет 1***

*·* ***Если не хотите ударить в грязь лицом, начинайте готовиться к этой оценке как можно раньше.***

* ***Главное в ваших взаимоотношениях с ребенком – взаимопонимание***
* ***Чтобы его установить, вы должны проявлять инициативу и не таить обид.***

***Совет 2***

* ***Поддерживайте уверенность детей в себе, в своих силах, в том, что даже при определенных недостатках (которые есть у каждого) у них есть свои неоспоримые достоинства.***
* ***Стратегия родителей – сформировать у ребенка позицию уверенности: «все зависит от меня, во мне причина неудач или успехов. Я могу добиться многого и все изменить, если изменю себя».***

***Совет 3***

* ***Удивляйте – запомнится!***
* ***Тот, кто производит неожиданное и сильное впечатление, становится интересным и авторитетным.***
* ***Жизнь родителей, их привычки, взгляды оказывают гораздо большее влияние на ребенка, чем долгие нравоучительные беседы.***

***Совет 4***

* ***Вы хотите, чтобы ваш ребенок был крепким и здоровым?***
* ***Тогда научитесь сами и научите его основам знаний о своем организме, о способах сохранения и укрепления здоровья.***
* ***Только физические упражнения, в том числе и на уроках физкультуры, могут смягчить вред от многочасового сидения за партой. Так что не спешите освобождать ребенка от физкультуры.***
* ***И совершенно необходимо, чтобы ребенок понимал: счастья без здоровья не бывает.***

***Совет 5***

* ***Берегите здоровье ребенка и свое, научитесь вместе с ним заниматься спортом, выезжать на отдых, ходить в походы.***
* ***Какой восторг испытывает ребенок от обычной сосиски, зажаренной на костре, от раскрошившегося кусочка черного хлеба, который нашелся в пакете после возвращения из леса, где вы вместе собирали грибы.***
* ***А день, проведенный в гараже вместе с отцом за ремонтом автомобиля, покажется мальчишке праздником более важным, чем катание в парке на самом «крутом» аттракционе.***
* ***Только не пропустите момент, пока это ребенку интересно.***

***Совет 6***

* ***Сколько времени в неделю вы проводите со своими детьми? -1,5 часа в неделю?!***
* ***Обязательно подумайте, чем будет заниматься ваш ребенок в часы, свободные от учебы и приготовления уроков.***
* ***Подросток  должен твердо знать: времени на безделье и скуку у него нет.***

***Совет 7***

* ***Желание взрослых избежать разговоров с детьми на некоторые темы приучает их к мысли, что эти темы запретны.***
* ***Уклончивая или искаженная информация вызывает у детей необоснованную тревогу.***

***Совет 8***

* ***Не оберегайте подростков излишне от семейных проблем, как психологических (даже если произошло несчастье, чья-то болезнь или уход из жизни, – это закаляет душу и делает ее более чуткой), так и материальных (это учит находить выход).***
* ***Подростку необходимы положительные и отрицательные эмоции.***
* ***Для успешного развития ребенка полезно изредка отказывать ему в чем-то, ограничивать его желания, тем самым подготавливая к преодолению подобных ситуаций в будущем.***
* ***Умение справляться с неприятностями помогает подростку сформироваться как личности.***
* ***Роль взрослого человека состоит  в том, чтобы помочь ребенку стать взрослым,  научить его противостоять действительности, а не убегать от нее.***

***Совет 9***

* ***Если вы уже успели наделать ошибок в воспитании, вам будет труднее, чем в начале пути.***
* ***Но если в своем воспитаннике вы выявите хотя бы капельку хорошего и будете затем опираться на это хорошее в процессе воспитания, то получите ключ к его душе и достигнете хороших результатов.***

***Совет 10***

* ***Если вы поняли, что были не правы, пренебрегали мнением сына или дочери в каких-либо важных для них вопросах, не бойтесь признаться в этом сначала себе, а потом и ребенку.***
* ***И постарайтесь не повторять этой ошибки снова. Доверие потерять легко, а восстанавливать его долго и трудно.***