**Троицко – Харцызская ОШ № 18**

 **РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ**

**в воспитании учащихся подросткового возраста**

 Подготовила

 Классный руководитель 7 класса

 Степаненко В. П.

 **Основные**

 **психологические проблемы подросткового возраста:**

1. Снижение уровня учебно-познавательной активности

 2. Влияние быстро меняющейся физиологии ребёнка на его психику

. 3. Интерес к новым, причём, иногда негативным, впечатлениям, например к употреблению спиртных напитков и табакокурению.

4. Частая смена настроения, тревога, агрессивность. Склонность к риску.

 5. Причисление себя к определённой субкультуре, от нейтральной до антисоциальной

6. Зависимость от социальных контактов сверстников

7. Ссоры с родителями, учителями.

 8. Изменения в поведении, перестройка собственного имиджа

9. Частое использование компьютера не по назначению – игромания.

10.Неустойчивость режима бодрствования и отдыха. Нарушение планирования своего дня.

 **Универсальные**

 **правила взаимоотношений родителей с ребёнком:**

• Завтра, когда ваш ребенок проснется, скажите ему: «Доброе утро!» и... не ждите ответа. Начните день бодро, а не с замечаний и ссор.

 • Когда вы браните ребенка, не употребляйте слов:«Ты всегда...», «Ты вообще...», «Вечно ты...». Ваш ребенок вообще и всегда хорош, он лишь сегодня сделал что-то не так. Об этом и скажите ему.

• Не расставайтесь с ребенком в ссоре. Сначала помиритесь, а потом идите по своим делам.

• Обычно, когда ребенок возвращается из школы, его спрашивают:«Тебя вызывали? Какую отметку получил?» Лучше спросите его: «Что сегодня было интересного?».

 • Когда вам хочется сказать ребенку: «Не лги, не ври», скажите лучше: «Не обманывай», а еще лучше улыбнитесь: «Кажется, кто-то говорит неправду».

• Внушайте ребенку давно известную формулу психического здоровья: «Ты хорош, но не лучше других!»

. • Мы, взрослые, ночью отдыхаем, а ребенок работает, он растет. Когда он встанет, хорошо покормите его перед школой.

• Когда ребенок выходит из дома, обязательно проводите его до дверей и скажите на дорогу: «Не торопись, будь осторожен». Это надо повторять столько раз, сколько ребенок выходит из дома.

 • Когда сын или дочь возвращаются, встречайте их у дверей. Ребенок должен знать, что вы рады его возвращению, даже если он провинился. • Ни при каких обстоятельствах не заглядывайте в портфель и карман ребенка, даже если вам кажется, что вы все должны знать о своих детях.

 • Как бы вы ни устали, постарайтесь поменьше жаловаться детям. Жалуясь, вы учите их жаловаться, а не жалеть.

 • В спорах с сыном или дочерью иногда уступайте, чтобы им не казалось, что они вечно неправы. Этим вы научите уступать, признавать ошибки и поражения.