

**НЕ ВОСПИТЫВАЙ
ДЕТЕЙ.
ВСЕ РАВНО ОНИ
БУДУТ ПОХОЖИ
НА ТЕБЯ.**

**ВОСПИТЫВАЙ
СЕБЯ**



**ПОСТУПКИ
ВАЖНЕЕ СЛОВ**

ПОЛЕЗНЫЕ КОНТАКТЫ

Тульский областной центр молодежи

Адрес: РФ, Тульская область,
г.Тула, ул.Демонстрации д.134
8(4872) 33-80-93

Группы в ВК:

Региональный Online-Клуб
«Молодая Семья»
[Vk.com/tula_club_7pps;](https://vk.com/tula_club_7pps)

Тульский областной центр молодежи

[Vk.com/gutocm](https://vk.com/gutocm)

**Центр Информационной
безопасности молодежи
и психологической помощи**

Записаться на приём
8(4872)77-32-00

Телефон доверия:
8-800-2000-122

**МИНИСТЕРСТВО МОЛОДЕЖНОЙ
ПОЛИТИКИ ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ**



**ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ «ТУЛЬСКИЙ
ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР МОЛОДЕЖИ»**

**КОНТРОЛЬ
ИЛИ ДОВЕРИЕ?**

ПОДРОСТОК В СЕМЬЕ



Воспитание ребенка — это тяжелый труд и испытание для многих родителей. Это задание становится особенно непосильным, когда милый малыш превращается в недовольного подростка. Далее вы узнаете, как построить доверительные отношения и стать для своего ребенка лучшим другом.

Переходный возраст, пубертат, подростковый этап — очень непростой период не только для взрослеющего человека, но и для всей семьи.



Главные проблемы подростков:

- вредные привычки
- буллинг
- первая любовь
- высокая нагрузка
- давление со стороны родителей
- проблемы с карманными деньгами
- проблемы с учебой

НЕСКОЛЬКО ПОЛЕЗНЫХ РЕКОМЕНДАЦИЙ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

1 Не пугайте себя. Ребенок этого возраста с таким поведением, не «трудный подросток», а человек вступающий в новый этап естественного развития. И поверьте, ему тоже сложно.

2 Главная задача родителей — устойчивость во взглядах, ценностях и правилах. Чем менее устойчивы родители, тем больше ребенок будет атаковать именно те сферы в которых вы сомневаетесь. Подросток бессознательно проверяет родителей на прочность сопоставляя их с внешним миром. Иерархия. Субординация — вы взрослые в семье — вам и устанавливать правила. НО

3 Важно договариваться в спокойном эмоциональном состоянии и придерживаться их. Обязательно объясняя почему это так, а не иначе. Четкие границы и правила — наше все!

4 Быть искренними.
Я-говорение

5 Отпустить контроль, больше доверия, одновременно отдавая ответственность за дела и поступки, как минимум касаясь обучения и уроков.



12 КОВАРНЫХ РОДИТЕЛЬСКИХ ПРИВЫЧЕК, РАЗРУШАЮЩИХ ДОВЕРИЕ МЕЖДУ РОДИТЕЛЯМИ И РЕБЕНКОМ

- Приказы и команды;
- Предупреждение и угрозы;
- Мораль и нравоучения;
- Советы и готовые решения;
- Доказательства, логические объяснения, нотации;
- Критика, обвинения;
- Похвала
- Обзывания, высмеивания;
- Догадки, интерпретации;
- Выспрашивания, расследования;
- Мнимое сочувствие, увещание;
- Ироничное отшучивание, переход на другую тему.