**РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОБЩЕНИЮ С ПОДРОСТКОМ**

  При оценке любой человеческой деятельности обычно исходят из некоторого идеала, нормы. В воспитательной деятельности, по-видимому, такой нормы не существует. Мы учимся быть родителями, так же, как учимся быть мужьями и женами, как постигаем секреты мастерства и профессионализма в любом деле.

1. **Принять ребенка.**

Под принятием понимается признание права ребенка на присущую ему индивидуальность, непохожесть на других, в том числе непохожесть на родителей. Принимать ребенка - значит утверждать неповторимое существование  именно этого человека, со всеми свойственными ему качествами. Как можно осуществлять принятие ребенка в повседневном общении с ним? Прежде всего, необходимо с особенным вниманием относиться к тем оценкам, которые постоянно высказывают родители в общении с детьми. Следует категорически отказаться от негативных оценок личности ребенка и присущих ему качеств характера. К сожалению, для большинства родителей стали привычными высказывания типа: "Вот бестолковый!", "Любой дурак на твоем месте понял бы, как поступить!".
  Всем будущим и нынешним родителям следует очень хорошо понять, что каждое такое высказывание, каким бы справедливым по сути оно ни было, какой бы ситуацией ни вызывалось, наносит серьезный вред контакту с ребенком, нарушает уверенность в родительской любви. Необходимо выработать для себя правило не оценивать негативно самого ребенка, а подвергать критике только неверно осуществленное действие или ошибочный, необдуманный поступок. Формула истиной родительской любви, формула принятия - это не "люблю, потому что ты - хороший", а "люблю, потому что ты есть, люблю такого, какой есть".

1. **Дать почувствовать ребенку, что любите его независимо от успеваемости, конфликтов.**

Первой и  основной задачей родителей является создание у ребенка уверенности в том, что его любят и о нем заботятся. Никогда, ни при каких условиях у ребенка не должно возникать сомнений в родительской любви. Самая естественная и самая необходимая из всех обязанностей родителей - это относиться к ребенку в любом возрасте с любовью и внимательно. Но здесь очень важно понимать, что необходимо не только любить ребенка и руководствоваться любовью в своих повседневных заботах по уходу за ним, в своих усилиях по его воспитанию, необходимо, чтобы ребенок ощущал, чувствовал, понимал, был уверен, что его любят, был наполнен этим ощущением любви, какие бы сложности, столкновения и конфликты ни возникали в его отношениях с родителями или в отношении супругов друг с другом. Только при уверенности ребенка в родительской любви и возможно правильное формирование психического мира человека, только на основе любви можно воспитать нравственное поведение.

1. **Умейте выслушать ребенка и понять его.**

У всех народов самым тяжким наказанием считается заключение в одиночной камере, и не каждый преступник выдерживает это испытание. Процесс развития личности начинается с первых минут жизни, прежде всего в семье. Ребенок чувствует родительскую любовь и заботу, это создает ощущение психологической защищенности и комфорта.

Является ли ребенок полноправным членом вашего маленького коллектива, или он постоянно ощущает гнет родительского авторитета, который в недалеком будущем вытеснит его из дома на улицу, где в компании с подростками он будет чувствовать себя на равных. Ребенок приобретает первый опыт общения в семье, и эти навыки он переносит на взаимоотношения с друзьями и педагогами.
  Основа для сохранения контакта - искренняя заинтересованность во всем, что происходит в жизни ребенка, любопытство к его детским, пусть самым пустяковым и наивным, проблемам, желание понимать, желание наблюдать за всеми изменениями, которые происходят в душе растущего человека.

1. **Устранять ситуации вынужденного одиночества, поощрять разносторонние общения, двигательную активность.**

 От недостатка внимания со стороны родителей, в первую очередь, возникают неврозы, пропадает интерес к жизни, душу разъедает тоска, появляется стремление к уединению. Одиночество страшно в любом возрасте, особенно в молодости, когда подростка мучает столько проблем, но некому раскрыть душу и доверить самые сокровенные чувства. В неразберихе этих лет, в неосознанных стремлениях, смутных ожиданиях юноша и девушка чувствуют себя неуверенно, нуждаются в психологической поддержке, прежде всего родителей. Семья должна быть опорой и прибежищем, где они могут прийти в себя от постигших их разочарований.

1. **Создать психологический комфорт (терпеливое, заботливое и любящее отношение).**

Постоянный прессинг на личность подростка вызовет непослушание и стремление выйти из-под контроля: он перестанет делиться с родителями своими делами, станет скрывать свои мысли, и в компании друзей будет чувствовать себя лучше, чем дома. В семье должна быть атмосфера настоящего доверия и понимания. Ребенок должен всегда рассчитывать на вашу помощь. Сын или дочь должны сами прийти к родителям со своими проблемами. Не надо требовать от подростка полной откровенности, раскрытия своих секретов. Доверяйте ему, понимайте его проблемы, создайте в семье обстановку доверия и защищенности

1. **Хвалить за самостоятельность, стимулировать личную ответственность.**

Безмерная родительская любовь, тревога за здоровье и будущее ребенка не дает жизни, душит ребенка, делает его зависимым. Родители в таких семьях стараются опекать и контролировать его во всех сферах жизни. При такой системе взаимоотношений нет места ни собственному выбору, ни инициативе, ни свободе. Пора свыкнуться с мыслью, что ребенок уже вырос, и удержать его у юбки не удастся, а потому следует дать свободу подростку, не упрекая в неблагодарности, в невнимании: «Мы о тебе заботимся, ради тебя всем жертвуем, а ты...» Родительские нравоучения и нудные нотации раздражают подростка, он хочет быть равноправным собеседником в диалоге и заслуживает уважительного отношения к своим взглядам и суждениям. Ребенок, даже в самом малом возрасте, должен становиться не объектом воспитательных воздействий, а союзником в общей семейной жизни.

1. **Четко дифференцировать понятие « хорошо», « плохо», « надо».**

Правила, требования, запреты, обязательно должны быть в жизни каждого подростка. Это особенно полезно помнить родителям, желающим как можно меньше огорчать детей и избегать конфликтов с ними. В результате они идут на поводу у собственного ребенка. Это попустительский стиль воспитания. Правил ограничений, требований, запретов не должно быть слишком много. Это правило предостерегает от другой крайности – воспитания в духе «закручивания гаек», авторитарного стиля общения. Тон, которым сообщено требование и запрет, должен быть дружественным, разъяснительным, а не повелительным.

1. **Искать повод для похвалы, особенно спустя некоторое время после наказания.**

От недоразумений никто не застрахован и настанет момент, когда вам нужно будет отреагировать на явно плохое поведение подростка. Наказывая подростка, правильнее лишать его хорошего, чем делать ему плохое.

1. **Содействовать повышению самооценки, уверенности в себе**

Жизнь в семье - это постоянное круглосуточное общение с узким кругом людей, что ведет к притуплению взаимного интереса. Родители, занятые на работе и домашними заботами, стараются в первую очередь обеспечить детей материальными благами, мимоходом интересуются успехами в учебе, но редко находят время, чтобы просто посидеть со своим так неожиданно выросшим сыном или дочерью и поговорить по душам, обсудить его планы и проблемы, дать ненавязчивый совет, помочь в выборе дальнейшего пути. Как часто родители не находят общего языка со своими детьми! Не хватает времени, терпения и такта, чтобы вникнуть в его проблемы, отсутствует уважение к ребенку как к личности, кажутся несерьезными его интересы и увлечения.

1. **Не предъявлять непосильных для ребенка требований.**