Десять родительских заповедей

1. *Не жди, что твой ребенок будет таким, как ты, или таким – как ты хочешь. Помоги ему стать не тобой, а собой.*
2. *Не думай, что ребенок твой: он Божий.*
3. *Не требуй от ребенка платы за все, что ты для него делаешь: ты дал ему жизнь, как он может отблагодарить тебя? Он даст жизнь другому, тот третьему: это необратимый закон благодарности.*
4. *Не вымещай на ребенке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб, ибо что посеешь, то взойдет.*
5. *Не относись к его проблемам свысока. Тяжесть жизни дана каждому по силам и будь уверен: ему его тяжела не меньше, чем тебе твоя. А может и больше. Потому что у него еще нет привычки.*
6. *Не унижай!*
7. *Не мучь себя, если не можешь чего-то сделать для своего ребенка, мучь, если можешь и не делаешь.*
8. *Помни – для ребенка сделано недостаточно, если не сделано все.*
9. *Умей любить чужого ребенка. Никогда не делай чужому то, чего не хотел бы, чтобы другие сделали твоему.*
10. *Люби своего ребенка любым: неталантливым, неудачным, взрослым. Общаясь с ним, радуйся, потому что ребенок – это праздник, который пока с тобой!*

Подростковый кризис сопровождается неустойчивостью настроения, физического состояния и самочувствия, противоречивостью побуждений, ранимостью, депрессивными переживаниями. Характер протекания, острота кризисных явлений зависят во многом от чувствительности взрослых к тем переменам, которые происходят с растущим ребенком, от их способности гибко изменить воспитательную тактику. Подросток часто не уверен в себе, сомневается в собственной самодостаточности, поэтому важно уметь поддерживать ребенка. Важно учитывать при этом чувство взрослости ребенка.

ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА

От чего зависит, станет ли ваш ребёнок пробовать наркотики и станет ли он наркоманом?

Если ребёнок комфортно чувствует себя в семье, то он либо не станет пробовать наркотики, либо это будет досадной случайностью. Но если ребёнок испытывает чувство одиночества, если в трудную минуту ему не у кого найти поддержку и защиту, то наркотик может стать для него тем, чего ему не хватает в жизни. В отдельных случаях даже однократное употребление наркотика может привести к зависимости от него.

В общении с ребёнком есть важные правила, которые становятся простыми, если входят в привычку. Они помогают родителям устанавливать с детьми отношения взаимного уважения и доверия.

- Разговаривайте друг с другом

если общения не происходит, вы отдаляетесь друг от друга.

- Умейте выслушать

внимательно, с пониманием, не перебивая и не настаивая на своём.

- Рассказывайте им о себе

пусть ваши дети знают, что вы готовы поделиться с ними, а не уходите в себя

-Будьте тверды и последовательны

не выставляйте условия, которые не можете выполнить. Ребёнок должен знать, чего от вас ожидать.

- Будьте рядом

важно, чтобы дети понимали, что дверь к вам открыта и всегда есть возможность побыть и поговорить с вами.

- Старайтесь всё делать вместе

планировать общие интересные дела: нужно как можно активнее развивать интересы ребёнка, чтобы дать ему альтернативу, если ему вдруг предстоит сделать выбор, где одним из предложенных вариантов будет наркотик.

- Общайтесь с его друзьями

подросток часто ведёт себя тем или иным образом, находясь под влиянием окружения.

- Показывайте пример

алкоголь, табак, медикаменты – их употребление привычно, хотя может вызвать проблемы (например, алкоголизм). Все эти вещества легальны, но то, как вы их употребляете, какое место они занимают в вашей жизни, - пример для ваших детей.

-Помните

что ребёнок нуждается в вашей поддержке: помогите ему поверить в свои силы.

- Не запугивайте

они могут перестать вам верить.

КЛИМАТ В СЕМЬЕ

Когда человеку не подходит климат, он начинает болеть, иногда приходится переехать в другое место. Психологический климат в семье для подростка имеет важное жизненное значение, а создают этот климат родители. Вот только если климат получается непереносимым для ребёнка, деться ему некуда: не уедешь, родителей не сменишь… Хрупкая и неустойчивая психика подростка не выдерживает: он срывается в депрессию, уличную тусовку, алкоголь, наркотики.

Вы бросаетесь к врачам, но и искусный доктор не поможет, если семейная ситуация останется прежней.

Помните: климат собственной семьи – в вашей власти!

Вы воздействуете на него ежеминутно, и вам по силам изменить его и сделать благоприятным – благоприятным не вообще, а для своего ребёнка, для такого, какой он есть. Даже если он далёк от идеала и совсем не похож на вас.