

# Поради батькам у вихованні підлітків

## Пам'ятка батькам

### «Що потрібно знати про особливості дітей, які стоять на порозі підліткового віку»

- 1. Головне новоутворення підліткового періоду — відкриття своєї індивідуальності, свого «Я».
- 2. У цей час починається перебудова організму — дитина стає імпульсивною, у неї часто змінюється настрій, виникають конфлікти з ровесниками, бунт проти батьків.
- 3. У дітей настає криза, пов'язана з бажанням здобути самостійність, звільнитися від батьківської опіки, з'являється страх перед невідомим дорослим життям.
- 4. Зростає дух незалежності, який впливає на стосунки підлітка в сім'ї, у школі.
- 5. Бажання звільнитися від зовнішнього контролю поєднується зі зростанням самоконтролю й початком свідомого самовиховання.
- 6. Підліток дуже вразливий і легко піддається впливам як позитивним, так і негативним.
- 7. Дитина має підвищений рівень тривожності.
- 8. Внутрішній світ дитини ще нестабільний, тому батькам не слід залишати своїх дітей без нагляду.
- 9. Розширюється коло спілкування.
- 10. Підвищується інтерес до свого тіла, зовнішності.
- 11. З'являються нові авторитети.
- 12. Недоліки й суперечності в поведінці близьких і старших сприймаються гостро й хворобливо.
- 13. У батьках підлітки хочуть бачити друзів і радників, а не диктаторів.

1. Якщо Вас щось турбує в поведінці дитини, якомога швидше зустріньтеся і обговоріть це із класним керівником, шкільним психологом.
2. Якщо в родині відбулися події, що вплинули на психологічний стан дитини, повідомте про це класного керівника. Самі зміни в сімейному житті часто пояснюють раптові зміни в поведінці дітей.
3. Цікавтеся шкільними справами, обговорюйте складні ситуації, разом шукайте вихід із конфліктів.
4. Допоможіть дитині вивчити імена нових учителів, запропонуйте описати їх, виділити якісь особливі риси.
5. Порадьте дитині в складних ситуаціях звертатися за порадою до класного керівника, шкільного психолога.
6. Не слід відразу ослаблювати контроль за навчальною діяльністю, якщо в період навчання в початковій школі вона звикла до контролю з вашого боку. Привчайте дитину до самостійності поступово: вона має сама збирати портфель, телефонувати однокласникам і питати про уроки тощо.
7. Основними помічниками у складних ситуаціях є терпіння, увага, розуміння.

8. Головне новоутворення підліткового вікового періоду – відкриття своєї індивідуальності, свого «Я». Підвищується інтерес до свого тіла, зовнішності.
9. Зростає дух незалежності, який впливає на стосунки підлітка в родині, школі.
10. У дітей настає криза, пов'язана з бажанням здобути самостійність, звільнитися від батьківської опіки, з'являється страх перед невідомим дорослим життям.
11. Бажання звільнитися від зовнішнього контролю поєднується із зростанням самоконтролю й початком свідомого самовиховання.
12. Внутрішній світ дитини не стабільний, тому батькам не слід залишати своїх дітей без нагляду. Підліток дуже вразливий і легко піддається впливам як позитивним, так і негативним.
13. Розширюється коло спілкування, з'являються нові авторитети.
14. Недоліки й суперечності в поведінці близьких і старших сприймаються гостро й хворобливо.
15. У батьках підлітків хочуть бачити друзів і радників, а не диктаторів.

## Абетка порад батькам

- А — аналізуйте, що дитина дивиться по телевізору чи в Інтернеті.
- Б — будьте толерантними під час розмови з дитиною.
- В — вас запитують - уважно слухайте, давайте відповіді.
- Г — говоріть з дитиною у зрозумілій, прийнятній для неї формі.
- Д — дивіться телевізор, читайте журнали разом із вашою дитиною.
- Е — економте свій час і сили на вмовляння дитини прочитати якусь книжку чи подивитися певну передачу; напевно, їй це зарано - на все свій час.
- Є — єдність поглядів, оцінок батьків у тому, що дивиться, читає, у що грається дитина на комп'ютері.
- Ж — життя дитини не має обмежуватися телевізором, комп'ютером чи плеєром.
- З — з розумінням ставтеся до телепрограм, які бирає дитина, зважайте на її вік, інтереси тощо.
- І — ігри на комп'ютері замініть рухливими іграми на дворі.
- К — купуйте дитині тільки необхідне, не потурайте їй за баганням.
- Л — любіть ваших дітей та приділяйте їм більше уваги.
- М — мистецтво - це не лише телебачення, преса та Інтернет.
- Н — не кажіть дитині: «Тобі ще рано цедивитися», — просто перемкніть канал на ту програму, яку можна дивитися разом із нею.
- О — обговорюйте з дитиною побачене по телевізору.
- П — поважайте думки дитини.
- Р — радійте та сумуйте разом із дитиною в повсякденному житті, коли дивитися чи обговорюєте телепередачу або книжку.
- С — стежте за своєю поведінкою, бо дитина слідує за вами.
- Т — творчий потенціал дитини розвивайте.

- У — успіх у вихованні залежить від здорової атмосфери в родині.
- Ф — фарби та палітра кольорів у вашому житті нехай завжди є лише веселими барвами.
- Х — хай завжди дитина відчуває ваш інтерес до себе.
- Ц — цікавтеся друзями дитини: запрошуйте їх до себе в гості, дізнавайтеся і про їхні захоплення, погляди на життя, про те, що вони читають, тощо.
- Ч — частіше допомагайте дитині виконувати доручену справу, але не виконуйте її за дитину.
- Ш — шум - це ворог здоров'я дитини.
- Щ — щастя і радість дітей - у ваших руках.
- Ю — юнацький вік це найкращий період у житті дитини.
- Я — якщо хочете, щоб ваша дитина була ввічливою, порядною, люб'язною, правдивою, ставилася до всіх із любов'ю, дотримуйтеся самі цих порад.

## **Що означає «бути відповідальними батьками»?**

- Встановлювати жорстку дисципліну або стати другом своїй дитині?
- Оберегти або дати можливість вчитися на своїх помилках?
- Направляти розвиток дитини або дозволити йому йти власною дорогою?
- У батьків завжди питань більше, ніж відповідей.
- Кожен батько вибудовує взаємодію з дитиною по-своєму, виходячи з власних цінностей, досвіду і уявлень. Але є і щось спільне, з чого складається розуміння відповідального батьківства.
- Повага: вміння слухати дитину й цінувати її як повноправну особистість.
- Турбота: давати необхідну дитині любов, тепло і безпеку.
- Керівництво: визначення рамок поведінки дитини, допомога в освоєнні правил, що існують у суспільстві.
- Розвиток здібностей дитини.
- Виховання без застосування насильства: виключення всіх тілесних і психологічних форм покарання, що принижують гідність дитини.

Ці принципи допоможуть не тільки зробити виховання більш успішним. Ваше спілкування з дитиною стане більш конструктивним