***Перестаньте общаться с ребенком такими способами***!

1. ПРИКАЗЫВАТЬ, КОМАНДОВАТЬ:

«Сейчас же перестань», «Убери быстро», «Чтобы я этого больше не видел». Такие фразы вызывают у детей чувства унижения, бесправия, неуважения к его личности, и они и ответ сопротивляются, бурчат, огры­заются, обижаются.

2. ПРЕДУПРЕЖДАТЬ, УГРОЖАТЬ, ПРЕДОСТЕРЕГАТЬ:

«Если ты не прекратишь, то я... », «Еще раз — и я возьму ремень», «Не придешь вовремя, убью». Регулярное употребление их, начиная с 4-5 лет, ведет к катастрофическим последствиям — ребенок начинает чув­ствовать себя беззащитным, бесправным, нелюбимым и как следствие - становится агрессивным, непослушным, недоверчивым, конфликтным.

3. ЧИТАТЬ НРАВОУЧЕНИЯ, ПРОПОВЕДИ:

«Ты обещал вести себя хорошо», «Ты должен хорошо учиться», «Нужно уважать родителей». Из таких фраз дети не узнают ничего нового, но чувствуют давление авторитета, вину, появляется желание огрызнуться, съязвить что-то в ответ.

4. КРИТИКОВАТЬ, ОБВИНЯТЬ:

«Ну, на что это похоже», «Какой же ты лентяй». Обзывать, высмеивать: «Ты настоящий дурень», «Ты ни на что не годишься». Ребенок начинает думать, что он на самом деле такой. Это приносит непоправимый вред — ребенок растет стеснительным, тревожным, недоверчивым, замкнутым. В подростковом возрасте это вызывает агрессию к родителям, конфликты.

5. ДАВАТЬ СОВЕТЫ, ГОТОВЫЕ РЕШЕНИЯ:

«Я бы на твоем месте...», «По-моему, ты плохо сделала». Давая совет, если его не просят, мы сообщаем ребенку, что он мал, неопытен, глуп. И он хочет защитить свое достоинство.

6. СТРОИТЬ ДОГАДКИ, СВОИ ИНТЕРПРЕТАЦИИ:

«Я знаю, что ты ничего не умеешь... », «Небось, опять подрался», «Я вижу тебя насквозь». Кто из детей любит, когда его вычисляют? Это лишь вызывает защитные реакции, огрызания, внутреннее негодование.

7. ВЫСПРАШИВАТЬ, РАССЛЕДОВАТЬ:

«Ну, нет, ты все-таки скажи», «Что случилось? Ведь я все равно узнаю, почему ты получил двойку». Удержаться от расспросов очень трудно, но лучше заменить вопросительные предложения на утвердительные: «Я чувствую, что у тебя что-то случилось», «Ты молчишь», «Ты сегодня не в духе».

***Научитесь доверять ребенку***!

1. Давайте ему свободу выбора

2. Постоянно ему напоминайте о том, что он сам принимает решения, которые определяют его повседневную жизнь («Как захочешь, так и будет», «Как бы ты ни решил, - всегда согласен с тобой»)

***Уважайте личность ребенка, цените ее***!

1. Учитесь быть терпеливым слушателем. Если у вас нет времени выслушать его сейчас, то честно предложите поговорить тогда, когда у вас будет время.

2. Если ребенок в порыве чувства (злости, обиды, негодования), то дайте ему выплеснуть эти чувства, скажите, что вы знаете, что он сейчас чувствует («Ты, наверное, сильно зол», «Тебе очень горько»). Ребенок станет вам больше доверять.

***Уважительно***

***относитесь к себе!***

1. Разрешите себе открыто выражать свои чувства, но, не обижая при этом ребенка, не затрагивая его личность. Прежде всего, нужно вслух назвать свое чувство и его силу («Я очень сердита»). Затем назвать причину чувства, т.е. свою реакцию на событие, действие ребенка, а не на его личность (сравните: «Я очень сердита, когда ты ведешь себя, как эгоист», или: «Я очень сердита, когда ты не предупреждаешь меня о том, куда идешь, потому что мне становится тревожно за тебя»).

2. Знайте, что все мы имеем право на любые чувства, в том числе и на гнев, и ваш ребенок тоже.

3. Когда мы говорим о своих чувствах, мы не имеем права манипулировать ребенком. Просто, говоря о них, мы снижаем это чувство, выливаем наружу, а также помогаем ребенку лучше нас понять, приблизиться к нам.

Родителям следует всегда помнить, что юноши и девушки еще только учатся быть взрослыми. Часто из-за отсутствия жизненного опыта и неумения определить главное в том или ином явлении, они принимают за эталон в поведении взрослых поверхностные, чисто внешние признаки и пытаются их копировать. Поэтому важно знать, кому стараются подражать Ваши дети.

Начинайте обсуждать тему наркотиков, не дожидаясь первых признаков неблагоприятного положения или возникновения, такой проблемы, так как может оказаться, что уже слишком поздно. Вот перечень некоторых вопросов, которые следует обсудить в кругу семьи:

1. Почему некоторые люди принимают наркотики.
2. Существует ли безопасный способ приема наркотиков.
3. Причины злоупотребления наркотиками среди молодежи.
4. Медицинские и социально-правовые последствия употребления наркотиков.
5. Что необходимо предпринять, чтобы избежать втягивания в процесс употребления наркотиков.
6. Как вежливо, но твердо отказаться от употребления наркотика.