

Рекомендации родителям семиклассников

Если хотите, чтобы подростковый возраст прошел без осложнений, следует соблюдать следующие требования:

Строго следите за соблюдением режима дня. Не позволяйте злоупотреблять острой пищей, пить много кофе, есть много шоколада (это крайне вредно для подростка).

Научите ребенка дорожить своим временем. Норма просмотра телепередач в этом возрасте – 60 минут в день, а для возбудимых детей и того меньше.

Разговаривайте с ним каждый день, обсуждайте, что интересного произошло в течение дня. Не выпытывайте у него информацию, лучше организуйте диалог, расскажите о своих проблемах, таким образом, подавая ребенку пример самораскрытия. Чаще обсуждайте с ним разные вопросы семейной жизни.

Старайтесь не ругать подростка в случае неудачи. Помогите ему разобраться в причинах случившегося.

Чаще хвалите ребенка и проявляйте любовь, не забывайте о тактильном контакте (обнимайте, целуйте).

Учитывая, что главное новообразование возраста – чувство взрослости, расширяя обязанности подростка, не забывайте расширять его права.

Приучайте подростка к систематическому труду. У него обязательно должны быть обязанности по дому.

Создайте дома обстановку нетерпимости к курению и употреблению алкоголя, тогда и у ребенка не появятся подобные вредные привычки.

Обязательно организуйте систематические занятия спортом. Следите за тем, чтобы ребенок посещал уроки физкультуры, помогите ему выбрать спортивную секцию.

В случае появления у ребенка необычной манеры поведения проанализируйте причины ее появления, при необходимости обратитесь к психологу.

Всё это требует от нас с вами пристального внимания к ребёнку, предельной тонкости, деликатности, осторожности в общении с ним. Любите своих детей! Успехов вам в их воспитании!

Какие способы общения помогают разрешить конфликт

- покажите ваши огорчения по поводу возникших противоречий;
- используйте «активное слушание»;
- предлагайте ряд решений конфликта, подчёркивайте вашу заинтересованность в решении, выгодном обеим сторонам;
- не высказывайте никаких негативных оценочных суждений;
- ведите разговор с чувством собственного достоинства, будьте спокойны и уверены в себе;
- не торопитесь: доброжелательный диалог обеспечит вам выгодное разрешение конфликта.