

Подсказки родителям: что делать НЕ СЛЕДУЕТ:

- **Паниковать и бояться.** Молодёжные объединения существовали всегда и нужны подросткам для общения, самовыражения, развития.
- **Запрещать.** Запретный плод, как известно, сладок. Рискованные поступки вашего ребёнка являются нормальной частью взросления.
- **Игнорировать.** Это может оказаться еще хуже запретов. Пусть подросток знает, что вы в курсе его увлечений: что-то вас устраивает, что-то – нет. Иначе подросток может подумать, что он вам безразличен, что вы его разлюбили.



- **Оскорблять кумиров подростка.** В этом возрасте даже фраза «Выключи эту ерунду» может вызвать обиду, и как следствие – взрыв агрессии может вылиться в неразумное рискованное поведение: курение, выпивка, нарушение правил, воровство.
- **Обвинять во всех смертных грехах.** Высказывания из серии «Все твои друзья – преступники» не только обидны, но еще и неверны. Пагубные привычки и преступления не зависят от любимой музыки и внешнего вида.
- **Преуменьшать важность подросткового увлечения:** это у тебя скоро пройдет, перерастешь. Даже если это верно, подросток все равно вам не поверит, и будет настаивать, что «это – навсегда». Некоторые подростковые хобби и увлечения в будущем могут перерасти в профессию.



Подсказки родителям: что делать МОЖНО И НУЖНО!

- 1. Собирайте информацию и делитесь собственным опытом.** Узнайте о подростковой молодёжной культуре что-то новое и поделитесь этой информацией с ребенком. Следует быть хорошо информированными, чтобы помочь своим детям, когда они, совершая разумный риск, вдруг попадают в опасные ситуации.
- 2. Обсуждайте все свои опасения и сомнения с подростком.** Используйте при этом «Я-сообщения» («Я беспокоюсь, что...» или «Меня волнует...»). Не бойтесь спросить у подростка, если чего-то не знаете или не поняли из его объяснений. В таком разговоре важно не только умение аккуратно задавать вопросы, но и умение слушать, не перебивая.
- 3. Помогайте своим детям.** Научите их оценивать риск и предвидеть последствия своего выбора, а при необходимости – направлять энергию на разумную деятельность.
- 4. Рассказывайте о том, чем сами увлекались в молодости** – этим вы покажете, что понимаете и разделяете его страсть к музыке или спорту.
- 5. Используйте увлечение подростка ему во благо.** Он увлекается экстремальными видами спорта? Это повод поговорить о здоровом образе жизни. И теперь подобный разговор, скорее всего не будет воспринят как нудные нотации. В любом из видов деятельности существует вероятность неудачи, вы должны осознавать это и поддерживать своего ребёнка, помочь ему научиться отличать разумный риск от неразумного.
- 6. Выбирайте вместе с подростком атрибутику с символикой и названием его любимой группы (или спортивной команды)** – это будет актом признания его права на самоопределение и самовыражение.
- 7. Будьте внимательны и чутки.** Для подросткового возраста, в силу физиологических причин, характерна быстрая «смена настроения», поэтому ваше понимание и чуткость помогут избежать депрессии, тревожного состояния.
- 8. Постоянно обращайтесь внимание на собственное поведение** – подростки наблюдают и подражают вам, даже не осознавая это.

Уважаемые родители!

В Центре «Диалог» для вас и ваших детей организованы индивидуальные психологические консультации

Предварительная запись на консультации по телефону (343) 251-29-04 с 9.00 до 17.00 с понедельника по пятницу



Наш адрес:
620142, г. Екатеринбург,
ул. 8 Марта, 55а
сайт Центра:
<http://dialog.telenet.ru>

Муниципальное бюджетное учреждение
Екатеринбургский Центр возрастного-педагогической
поддержки несовершеннолетних «Диалог»

Секретный мир подростка в мире взрослых

