

## **Памятка для родителей**

### **Как понять, почему дети становятся трудными?**

Речь пойдёт о подростках, которые в школьном возрасте становятся ворами, наркоманами, разбойниками, проститутками и т.д. Мы попытаемся ответить на вопросы: Что двигает такими подростками? Какие цели они преследуют? Понимают ли они о последствиях, которые ждут их в результате преступлений?

Трудный подросток может появиться, как в неблагополучной, так и вполне на первый взгляд благополучной семье. Уже в малом возрасте подростком овладевают массу желаний, мечты и требования, которые зачастую родители не замечают, не хотят понимать или просто в силу занятости не могут увидеть в своём ребёнке.

Ребёнок обрабатывает и впитывает огромное кол-во информации из телевидения, интернета, журналов или просто из общения на улице и в школе. Быстрее всего "усваивается" негативная информация - тот запретный плод, который кажется таким сладким.

Нельзя курить!

Нельзя пить спиртное!

Нельзя заниматься сексом!

Нельзя смотреть эротику!

Это неполный список ограничений, которые слышат от родителей подростки.

И первое, что они делают, получив временную свободу - это "пробуют на вкус" запретный плод. Самыми безобидными развлечениями являются выпивка и курение в кругу своего окружения. Но это не значит, что вы должны немедленно пресечь все попытки вашего ребёнка побыть в компании друзей. Вы должны начать общение с ребёнком на такие критические темы и делать это не эпизодически с выплеском истерики и строгих запретов, а постепенно в духе понимания и дружеского совета.

Страх и Обман. Да именно со страха начинаются проблемы подросткового поведения. Врёт тот, кто боится. Ребёнок начинает врать, когда знает, что будет наказан. Если родители применяют нелогичные, жёсткие наказания, он никогда не скажет правду. Всё начинается с пустяковых вещей: исправил оценку в дневнике или не передал просьбу учителя о вызове родителей в школу. И это, как правило, приводит к более серьёзным обманам и проблемам в формирующемся характере.

Учитель - враг. Обычно у трудных подростков учитель ассоциируется с недругом. Преподавателю сегодня тяжело быть чутким понимающим психологом и советником, потому что они входят в число самых финансово-необеспеченных слоёв населения. Такое положение сильно сказывается на моральном состоянии учителей и их собственных семей. Учителю легче накричать, строго наказать, чем спокойно и мудро наставлять подростка. К сожалению мы должны понять состояние преподавателей и усилить внимание к воспитательному процессу ребёнка в семье, а не вне её.

Осуждение окружающих. Если подросток оступился, и об этом стало известно окружению в его школе, для него наступает очень тяжёлый период в его жизни. Ему кажется, что всем известно о его поступке и все его осуждают. Он под прицелом глаз своих сверстников и учителей. В этот момент ребёнок становится крайне ранимым, подозрительным и недоверчивым. Он рано взрослеет и переоценивает реальность. Теперь для него друг - это не пустое слово. Друг - это тот кто не оставил его в трудный момент его жизни, в момент, когда все отвернулись, когда осуждают учителя и родители. В такие моменты очень важна поддержка родителей. Не

прощение, а именно поддержка. Подросток не должен думать, что родители его простили, но должен знать, что они не опустили руки и помогают ему встать на правильный путь.

### **Что делать, чтобы ваш ребёнок не стал трудным?**

Самым лучшим советом и примером для вашего ребёнка может быть **ЖИЗНЕННЫЙ ПРИМЕР**. Не хотите, чтобы ваш ребёнок злоупотреблял алкоголем или другими пагубными привычками, сами не делайте этого. Пусть подросток видит, что родители выпивают в хорошей компании для хорошего настроения, а не для того чтобы выяснять отношения в пьяном состоянии. Хотите, чтобы ваш ребёнок уважал родителей и в дальнейшем построил свою хорошую семью, сами покажите пример в семье. Пусть подросток видит, как родители умеют находить спокойные и мудрые решения в конфликтных ситуациях, как родители умеют уступать друг другу. Хотите, чтобы ваш ребёнок умел работать и отдыхать, покажите ему, как вы умеете это делать хорошо. Проводите больше времени с семьёй. Гуляйте вместе после работы, а не только на выходных. Постарайтесь быть интересным своим близким и пытайтесь понять, что интересно вашим близким. Расширяйте круг ваших интересов и увлечений. Нельзя сводить свои предпочтения к зимней рыбалке или охоте. Вы никогда не узнаете, что ваш ребёнок любит бальные танцы, изобразительное искусство, театр или спорт, если не будете **ПОСТОЯННО** расширять кругозор вашей семьи.

Подростку очень тяжело, а скорее просто невозможно решить самому те проблемы и вопросы, которые наваливаются на него. Подросток, скорее всего, недоволен своим положением в жизни. Он задаёт себе вопрос, почему я родился именно в этой семье, в этом городе, в этой стране. Почему он одевается хуже, чем другие? Почему не такой модный мобильный телефон, не такой компьютер как хотелось бы? Почему не хватает карманных денег? Почему надо помогать родителям, в то время как друзья гуляют во дворе? Почему надо подрабатывать, чтобы купить себе новые кроссовки или компьютер, в то время как другим детям это достаётся просто так? Вопросов возникает огромное количество, и ребёнок не может ответить на них самому себе. Вместо ответов в душе ребёнка возникает обида на судьбу. Мы живём в тяжёлое время перемен. Нашему обществу ещё очень далеко до идеального. Большинство наших детей не получают должного внимания от государства. И в этом жёстком мире единственной "спокойно гаванью" может оказаться только **ВАША** семья. Только **ВАША** семья может научить, переубедить и показать пример ребёнку, как построить жизнь.

Наберитесь терпения, если ваш ребёнок уже пошёл не по той дороге. Отменить в один момент все плохие привычки вашего ребёнка не удастся. Говорят, чтобы приобрести плохую привычку надо 14 дней, а чтобы избавиться от неё - !!! 3 месяца.

### **Как избавить ребёнка от пагубных привычек.**

Побоями, угрозами и строгими запретами вы ничего не решите. Вы только усилите желание ещё больше "вкушать запретный плод". Более того, ребёнок уйдёт в себя, будет прятаться и врать. Вам придётся найти способы постепенно и уверенно отучить вашего ребёнка от пагубной привычки. Важно, чтобы ребёнок относился к вам в этом вопросе скорее как к советчику и другу, которому можно доверять, чем как к жёсткому воспитателю. Постарайтесь использовать убедительные доводы, почему не надо курить и пить:

- сигареты и алкоголь - наркотик, который приводит к зависимости. Привыкнуть просто, избавиться от привычки очень тяжело.

- убеждайте, что, несмотря на то, что все курят и выпивают, надо оставаться индивидуальностью и уметь сдерживать себя от вредной привычки

- приводите примеры реального вреда для здоровья. Например: объясняйте, что сигаретный дым засоряет смолами лёгкие и убивает клетки, пиво и слабоалкогольные напитки разрушают печень и т.д.

Рано или поздно в сознание ребёнка закрадётся мысль о вреде его привычек. И это будет основательный шаг на пути избавления от них.

Ну и самое главное сами не злоупотребляйте курением и выпивкой, что само по себе будем самым большим жизненным примером и советом для вашего ребёнка.

Вы заметили, что ваш ребёнок увлечённо рассматривает эротические сцены по телевидению, в интернете или в журнале.

Вам придётся приложить усилия, чтобы побороть в себе пуританство:

- убеждайте ребёнка, что тело человека само по себе красиво и совершенно. Можно рассмотреть вместе с ребёнком романтические полотна классиков, на которых изображены фигуры в внегляже.

- объясняйте ребёнку, что секс это результат крепкой и настоящей любви между двумя людьми.

- постарайтесь донести до сознания ребёнка, что сексуальные отношения это не запретная и тайная тема.

- учите ребёнка различать "грязь" от красоты. Необходимо объяснить чистоту отношений между мужчиной и женщиной, как результат любви и желания построить правильные отношения.

- объясняйте, что любые ошибки, допущенные сейчас, оставят последствия на всю жизнь (болезни, проблемы с законом, незапланированная беременность и т.д.)

- покажите на собственном примере теплоту и искренность отношений между родителями. Жизненный пример пройдёт "красной линией" на протяжении всей жизни ребёнка.

Вы не сможете ходить по пятам вашего ребёнка и проследить его сексуальные отношения. Но вы сможете предупредить нежелательные последствия беспорядочного секса: заболевания, преждевременная беременность, склонение к сексу и т.д. Дети должны знать о безопасном сексе (предохранении).

### **"Странные хобби"**

В понимании взрослого увлечения ребёнка до сих пор ассоциируются с музыкой, спортом, танцами, рисованием. Да, действительно с этими увлечениями была связана юность многих поколений. Но за последние 10-15 лет всё резко поменялось. Нет больше прежних юношеских идеалов, нет пионерской и комсомольской организации. Эти организации были сильным контролирующим фактором в формировании юношеского поведения. Кружки, пионерские лагеря, сборы всё ушло в прошлое и к сожалению не пришла достойная замена. Сейчас на первый план у детей выходит компьютер и Интернет, дискотеки и клубы, уличные виды спорта (танцы на асфальте, экстремальный велоспорт и т.д.), странные для взрослых музыкальные течения и т.д.

Несмотря на всю странность таких увлечений, родители должны радоваться, что их ребёнок увлекается хоть чем-то. На самом деле важно не само увлечение, а постоянство, с которым ребёнок подходит к нему. У ребёнка вырабатывается цель, к которой он хочет прийти. Научится оригинально танцевать, делать трюки на велосипеде, хорошо играть в компьютерные стратегии и т.д. Поддерживайте ребёнка в таких хобби, выделяйте деньги по возможности на необходимые аксессуары, интересуйтесь его достижениями и проблемами.