

*4 СЕССИЯ «РЕБЕНОК СРЕДИ СВЕРСТНИКОВ»*  
**ПРАКТИЧЕСКИЕ СОВЕТЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «КАК ПОМОЧЬ  
ПОДРОСТКУ НАЛАДИТЬ ОТНОШЕНИЯ СО СВЕРСТНИКАМИ»**

- Пусть ваши дети сами выбирают себе друзей, а вы позаботьтесь о том, чтобы эти друзья бывали у вас в доме.

- Познакомьтесь с родителями друзей вашего ребенка.

- Позаботьтесь о том, чтобы у ребенка был широкий круг интересов, чтобы ему хотелось как можно больше узнать, понять, сделать.

- Научите своего ребенка с самых первых шагов принимать самостоятельные решения и справляться с ситуациями, когда ему навязываются чужие мнения.

- Как можно больше разговаривайте со своими детьми. Важно, чтобы этот разговор не превратился в ваш монолог, чтобы вы, выясняя, что думает ваш подросток, о чем мечтает, чего боится, делали это уважительно, серьезно и с подлинным интересом к нему, к тому, что он говорит. И никогда в минуту раздражения не используйте откровенность подростка для того, чтобы «уличить» его в чем-то.

- Если вам активно не нравятся друзья вашего подростка, не пользуйтесь прямыми запретами (как правило, это только поднимает ценность такой дружбы в глазах подростка и ведет к тайным встречам, лжи и т. п.), поговорите со своим сыном и дочерью. Постарайтесь понять, что привлекательного они находят в своих друзьях. Возможно, вы измените свою точку зрения. Если нет – открыто и спокойно объясните, что вам не нравится.

- Если ваши дети выбирают «плохих», с вашей точки зрения, друзей, подумайте о своих отношениях с вашим ребенком. Не чувствует ли он себя брошенным (нередко подросткам кажется, что родители их любят меньше, чем тогда, когда они были маленькими). Или, может быть, он постоянно ощущает, что вы в него не верите, ждете, что он сделает что-нибудь не так и «назло» стремится оправдать эти ожидания. А возможно, вы несколько переборщили с контролем, и подростку кажется, что вы хотите, как они

выражаются, «рулить» всем, и он стремится показать вам, что он сам может что-то определять в своей жизни.

- Всегда старайтесь понять своего ребенка, понять, с чем связаны его поступки, какими потребностями, в том числе и потребности возраста в них выражаются. Всегда показывайте (и особенно тогда, когда это бесконечно трудно, поскольку он буквально «выводит вас из себя»), что вы любите его и доверяете ему. Научите его думать и принимать самостоятельные решения. Если он не всегда будет послушен, научится отстаивать свою точку зрения в общении с вами, то потому ему будет намного легче сделать это в отношении сверстников