Уважаемые родители!

У Вас растет дочка, или сын, или несколько детей, а, может быть, уже и внуки. И мы вряд ли ошибемся, сказав, что если не в первый год после рождения, то немного погодя Вы не раз задумывались о том, каким вырастет Ваш ребенок. Вы хотели, чтобы он стал, если не обязательно красивым, то непременно счастливым.

Вы мечтали,

- чтобы мальчик вырос смелым, мужественным, стойким, трудолюбивым, образованным, ответственным;
- а девочка — обаятельной, доброй, внимательной, чуткой, отзывчивой; умной;
- чтобы каждого ждали успех в учебе и работе, удача в делах, любовь и счастье в семейной жизни.
- Если Ваши надежды сбылись, мы рады за Вас. Если же что-то не сложилось, то давайте вместе порассуждаем, отчего так произошло.

Дети растут быстро. Только первый год жизни тянется долго, а затем время ускоряет бег и вот уже детский сад, школа, институт... И в каждом возрастном периоде у ребенка возникают свои проблемы, которые становятся и Вашими. Кроме того, детям свойственно задавать всякие "неудобные" вопросы. Как отвечать на эти вопросы, у кого спросить совета, как реагировать на ту или иную ситуацию и вообще, что с ним происходит? Вы часто ищите решение и не всегда находите его. А иногда Вас терзают сомнения в правильности сделанного шага. Тогда эта памятка для Вас.

Итак, попробуем охарактеризовать наиболее специфические для каждого возрастного периода особенности и наметить план действий. Эти периоды будут выделены в самом общем виде, мы будем говорить о дошкольниках, младших школьниках, подростках и старшеклассниках.

1. Дети 3-6 лет, по мнению ученых, переживают 1-й возрастной кризис, начиная ощущать себя автономными от матери, что выражается в позиции "я сам". При этом они

- находятся в постоянном движении;
- отличаются романтической привязанностью к родителям;
- не делают различий между реальным миром и миром фантазий;
- стремятся удовлетворять свои желания и потребности вне зависимости от мнения окружающих;
- пытаются обращать на себя внимание, высказать свое мнение, как говорится, "везде вставляет свои 5 копеек";

- испытывают разные страхи и выдуманные беспокойства;
- интересуются: "Откуда я появился (-лась)? А где я был (-а) раньше?";
- из игр предпочитают дочки-матери, копируя при этом своих родителей и одновременно моделируя поведение в своей будущей семье.

Как следует общаться с ребенком:

- жалейте и любите своего малыша, ласкайте, целуйте и обнимайте;
- помогайте ребенку все делать самому;
- проявляйте отзывчивость к его идеям; откладывайте свои дела и внимательно слушайте, как только у него появляется желание с вами поговорить;
- растите его свободным, но учите считаться с интересами окружающих. Останавливайте, если он бесцеремонно вмешивается в разговоры взрослых, не бойтесь показать свой гнев, если он вызван серьезным проступком ребенка;
- наблюдайте за играми ребенка и не отказывайтесь участвовать в них. Это первая и очень хорошая школа жизни: по играм можно определить, какие проблемы возникли у ребенка, как он предпочитает их решать и каким впоследствии станет семьянином, работником, другом;
- на все вопросы, даже "неудобные", отвечайте честно и откровенно. Если Вы "найдете" ребенка в капусте, или его "принесет аист", то потом Вам будет сложно научить ребенка говорить правду, ибо Вы уже подали ему нежелательный пример.

Никогда

- не опекайте ребенка излишне;
- не заостряйте внимания на детских ссорах;
- не используйте угрозы для достижения результата;
- не наказывайте за качества личности, а только за действия;
- не прибегайте к физическим наказаниям. Применяя насилие, можно быстрее добиться цели, ибо не придется долго объяснять и доказывать свою правоту: повысил голос, ударил и готово. Но что Вы будете делать, когда он вырастет?!

2. У ребенка 7-10 лет появляется ответственное и трудное занятие — учеба, а самым большим авторитетом становится учитель. Кроме того, для детей этого возраста характерны:

- копирование своих родителей в интонациях, поведении, отношении к окружающим;
- буйный расцвет фантазии, жизнь в воображаемом, иллюзорном мире, зачастую созданном по образу и подобию прочитанного или увиденного по телевизору;
- стремление к присваиванию особо притягательных чужих вещей;

- формирование первоначальных представлений о собственных правах;
- повышенный интерес к исследованию своего тела, фиксация внимания на различиях между мальчиками и девочками;

Как следует с ребенком обращаться

- помогите ему почувствовать радость от приобретения знаний;
- дайте возможность реализовать свое право на рабочее место и время для выполнения домашних заданий, на одобрение в случае заслуженных успехов;
- узнайте имена и номера телефонов одноклассников и друзей ребенка, познакомьтесь с их родителями;
- аргументируйте свои требования к ребенку, предъявляя их в форме, "что вы желаете от ребенка, а не то, чего вы не хотите";
- обсуждайте с детьми проблемы взаимоотношений между представителями разных полов, показывайте значимость ласкового отношения к супругу на собственном примере и не стесняйтесь проявлять нежность в присутствии ребенка.

Никогда

- не ревнуйте к авторитету учителя;
- не требуйте от ребенка того, к чему он не готов по возрасту;
- не давайте негативных оценок личности или характера ребенка;
- не сравнивайте своего ребенка с другими, отдавая предпочтение последним;
- не отдавайте ребенку распоряжений, выполнение которых не обязательно.

3. Подростков 11-14 лет часто называют трудными, и вообще этот период считается возрастом 2-го кризиса. Основная причина – физиологический дискомфорт из-за активной перестройки растущего организма, что влечет за собой психологические срывы. Ребятам свойственны:

- тяга к романтике и самоутверждению, выяснение своих возможностей и способностей иногда на грани риска;
- частая смена настроения, беспричинная обида, грусть, слезы;
- повышенно эмоциональная реакция даже на незначительные события;
- стремление к установлению дружеских связей с ребятами своего или старшего возраста, вхождение в неформальные группировки;
- отстаивание, иногда бессмысленное, своей позиции, в том числе неверной;
- падение авторитета взрослых, мнением которых пренебрегают в пользу сверстников;

- демонстративно пренебрежительное или снисходительное отношение к младшим, а также представителям противоположного пола, что является признаком пробуждения интереса.

Как следует обращаться с подростком:

- помните, что подросток по-прежнему нуждается в Вашем участии, но уже в качестве партнера, поэтому разговаривайте с ним на равных, в том числе совместно планируйте семейный бюджет, способ проведения досуга и пр.;
- выделяйте деньги на карманные расходы;
- в конфликтных ситуациях высказывайтесь после ребенка, причем выслушивайте его, а не просто слушайте, что и как он говорит;
- объясните, что поступки, как правило, влекут за собой последствия, поэтому надо соотносить одно с другим;
- учите ребенка достойно переносить огорчения, неприятности и потери, разъяснив необходимость тех или иных ограничений, в том числе в семье;
- будьте бережны к зарождающимся чувствам, подчеркните необходимость взвешенного выбора друзей и подруг, обозначив рамки допустимого и неприемлемого во взаимоотношениях между людьми.

Никогда

- не допускайте как неуважения к себе со стороны подростка, так и грубости по отношению к нему;
- не требуйте немедленного и слепого послушания, не применяйте угроз и не унижайте детей;
- не начинайте разговоры с обвинений и не перебивайте, когда ребенок объясняет свои поступки;
- не подкупайте подростка и не выдавливайте силой обещание не делать того, что вам не нравится;
- не отступайте от введенных в семье правил и традиций, разве что в необычных случаях;
- не ревнуйте сына или дочь к друзьям, привечайте их в своем доме и старайтесь познакомиться поближе;
- не давайте негативную оценку объекту внимания подростка, даже если выбор пришелся Вам не по душе.

В 15-18 летнем возрасте молодые люди уже пытаются определиться по многим важным позициям:

- их дружеские связи становятся крепкими и могут сохраниться до конца жизни;
- в учебной деятельности начинают проявляться профессиональные склонности и интересы;

- взрослые вновь становятся значимыми фигурами, но уже в зависимости от личностных качеств;
- большое значение придается поиску объектов подражания и поклонения;
- интимные переживания приобретают главенствующую роль и могут на время затмить все остальные интересы и увлечения.

Как следует с ребенком обращаться

- делитесь с ними удачами, успехами и проблемами, спрашивайте совета;
- давайте в доме пристанище ребенку и его компании;
- будьте готовы к тому, что Ваш повзрослевший ребенок вступит в интимные отношения или приобретет вредные привычки;
- в случае возникновения серьезных проблем, помогайте своим детям найти выход, убеждайте, что есть люди с другими, предпочтительными интересами;
- доказывайте ребенку, что он(а) обладает хорошими качествами, которые следует активно развивать.

Никогда

- не навязывайте свою волю в выборе друзей, внешнего вида (прически, одежды, макияжа и пр.), определении поля деятельности для самореализации, в том числе профессиональной;
- не принуждайте сына или дочь к откровенности; если Вы не будете "давить", то они сами придут к Вам со своими проблемами;
- не делайте трагедии из получения раннего (на Ваш взгляд) сексуального опыта, а помогите справиться с постигшим разочарованием или с необходимостью прибегнуть к помощи врача.

Помните, что дети учатся жить у жизни:

- Если ребенка постоянно критикуют, он учится ненавидеть;
- если ребенок живет во вражде, он учится быть агрессивным;
- если ребенка высмеивают, он становится замкнутым;
- если ребенок растет в упреках, он учится жить с чувством вины.

НО

- если ребенок растет в терпимости, он учится понимать других;
- если ребенка хвалят, он учится быть благородным;
- если ребенок растет в безопасности, он учится верить в людей;
- если ребенка поддерживают, он учится ценить себя;
- если ребенок живет в понимании и дружелюбии, он учится находить любовь в этом мире.

Каждый ребенок имеет право

- просить о помощи и эмоциональной поддержке;
- иметь собственное мнение и убеждения;
- совершать ошибки, пока не найдено правильное решение;
- говорить "нет, спасибо", "извините, нет";
- побыть в одиночестве, даже если другие хотят его общества;
- добиваться перемены договоренности, которая его не устраивает.

Вместе с тем ребенок не обязан:

- быть безупречным на 100%;
- любить людей, приносящих ему вред;
- извиняться за то, что был самим собой;
- выбиваться из сил ради других;
- чувствовать себя виноватым за свои желания;
- выполнять неразумные требования;
- нести на себе тяжесть неправильного поведения своих товарищей.

Надеемся, что наши советы не были обременительны и навязчивы и желаем Вам успехов!