

Особенности общения с девочкой-подростком

ПАМЯТКА для родителей

- Покажи интерес (что её волнует? что происходит в её жизни?).
- Задавай открытые вопросы и слушай внимательно.
- Будь терпелив (подростки могут быть эмоционально нестабильными!).
- Будь поддержкой, будь рядом, когда ей трудно. Поддержка должна быть добрым словом, а не давлением.
- Уважай её приватность (у любой девочки могут быть секреты).
- При общении смотри в глаза – это укрепит взаимопонимание.
- Не критикуй слишком сильно, это может вызвать защитную реакцию.
- Высказывай замечания коротко, по делу, не осуждая личность.
- Хвали и замечай её успехи – это укрепит самооценку.



- Находи общие интересы – это объединяет и создает близость.
- Пытайся понять её чувства и эмоции, поставив себя на её место.
- Выражай и озвучивай свои чувства, подростки ценят искренность.
- Объясняй свои решения, это поможет ребенку понять твои действия.
- Не сравнивай с другими – это обидно.
- Обсуждай «запретные» темы (отношения с парнями, курение, алкоголь, наркотики), подростки нуждаются в адекватной информации.

- Учись прощать, когда она совершила ошибку – это поможет ей научиться ответственности.
- Создавай позитивную обстановку – смех и добрая атмосфера способствуют открытому общению.
- Устанавливай границы – они дают чувство стабильности и безопасности.
- Оговаривайте правила семьи.
- Общайтесь регулярно, чтобы быть в курсе её жизни.
- Ищи компромиссы – разные мнения это нормально. Находите решения, которые устроят обоих при некоторых уступках.



- Люби её несмотря ни на что – принятие и любовь значат для неё очень много.
- Говори о вере – обсуждайте вечные темы и показывайте своим примером, как вести себя правильно.

Вводите эффективные способы общения с ребенком и отмечайте те пункты, которые удалось сделать своим родительским навыком.