



Муниципальное автономное  
образовательное учреждение средняя  
общеобразовательная школа № 30  
города Тамбова



Если не будут в семье нарушены – деструктивные  
родительские отношения, только тогда у  
родителей не возникнут проблемы с  
детьми.



Подготовила:  
педагог-психолог  
Бирюкова Елена Валерьевна

МАОУ СОШ №30 г.Тамбов,  
ул.Астраханская д.159, тел.47-84-51  
Директор Разуваева Инна Сергеевна

**Кризис 13 лет** - это некоторый **рыжок вперед, выход за пределы старых норм и правил («я уже не ребенок»)**

**Смысл подросткового кризиса:** через борьбу за независимость в относительно безопасных условиях подросток удовлетворяет потребность в самопознании и самоутверждении. У него не просто возникают чувство уверенности в себе и способность полагаться на себя, но и формируются способы поведения, позволяющие ему в дальнейшем справиться с жизненными трудностями.

**Симптомы Кризиса 13 лет**

1. упрямство
2. строптивость
3. негативизм
4. своеволие
5. протест-бунт
6. обесценивание взрослых
7. ревность к собственности (личная жизнь)

**Рекомендации родителям по оптимизации взаимоотношений с**

**подростками.**

одна из важных сфер жизнедеятельности для подростка - общение со сверстниками, учеба отходит на второй план. Для детей главное - не просто быть рядом со сверстниками, но и занимать среди них удовлетворяющее его положение (лидер,

авторитет, друг), поэтому **родителям** важно научить детей быть лично ответственными за успешность общения с окружающими.

подростки очень много знают, но многие дети не умеют управлять своим поведением,

отсюда **задача родителей** - воспитание силы воли у подростков, путем научения его ставить перед собой цели, которые должны отвечать актуальным потребностям ребенка (например, закончить четверть без "троек");

**родителям важно научить** подростка составлять план действий (после этого ребенок

психологически уже будет готов к его выполнению);

**подростки нуждаются в уважении и признании взрослых.** Предоставив им это,

**родители смогут улучшить** взаимоотношения с детьми;

дети остро чувствуют, искренни ли с ними взрослые; **чем больше вы будете искренне интересоваться проблемами ваших детей,** тем больше они будут доверять вам;

решение «ценностных конфликтов»:

**родители должны** не пассивно соглашаться с подростком, а аргументировано отстаивать собственную позицию

(спокойное, доброжелательное противодействие)

**родители должны изменить** прежние формы выражения своих чувств по отношению к своему ребенку-подростку, перейти на «взрослый уровень» эмоционального реагирования

**родители должны уметь оказывать своему ребенку психологическую**

**поддержку:** замечать малейшие достижения ребенка, опираться на сильные стороны

ребенка, избегать подчеркивания промахов; показывать, что вы удовлетворены

ребенком; внести юмор во взаимоотношения с ребенком, демонстрировать оптимизм.

**Помните, что вы тоже были детьми и совершали**

**много**

**ошибок.**

**Подростки ждут от вас этого признания.**

**Возможно, ваш личный пример**

**поможет им**

**разобраться в себе!**