**рекомендации для РОДИТЕЛЕЙ**

**по взаимодействию с ДЕТЬМИ**

**ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА**

1. Доверительное, доброжелательное общение с сыном/дочерью.
2. Оказывать эмоциональную поддержку, укреплять веру в свои силы, настраивать на оптимизм.
3. Вместе искать и применять приемлемые способы самовыражения через созидательную деятельность; демонстрацию и разъяснение позитивных образцов поведения (личный пример, художественная литература, периодика, встречи с интересными людьми).
4. Совместно разбирать учебные неудачи, пути улучшения учебной ситуации.
5. Способствовать организации досуговой занятости, стимулировать развитие творческого потенциала.
6. Обучать подростка социальным навыкам, умениям преодоления стресса, активной стратегии решения проблем, стимулирование мотивации на достижение успеха.
7. Оказание помощи в поиске и осознании жизненных смыслов, привлечение педагога-психолога в случае обнаружения у подростка признаков аутоагрессивного поведения (агрессии, направленной на себя), обращения за специализированной психотерапевтической помощью, если она необходима.
8. Развивать и укреплять у подростка ценность своего здоровья и убеждать в неприкосновенности своего тела, т.е. недопустимости агрессии к нему со стороны самого подростка и окружающих.
9. Осуществлять контроль за режимом дня и питания. Обязателен сон в ночное время и регулярное питание.
10. Если поведение вашего ребенка изменилось, не спешите осуждать его. Поговорив с ним, разберитесь в причинах, не объясняя эти изменения только наступлением подросткового возраста.
11. Осуществлять наблюдение за страницами сына/дочери в социальных сетях на предмет наличия опасного содержания (депрессивной, криминальной направленности и т.д.) При его обнаружении проводить беседы, привлекать специалистов (психолога, социального педагога).