



## онлайн консультация для родителей

**ЧТО ребенок от вас ждет, но никогда об этом не скажет.**

**Родителям о подростках.**

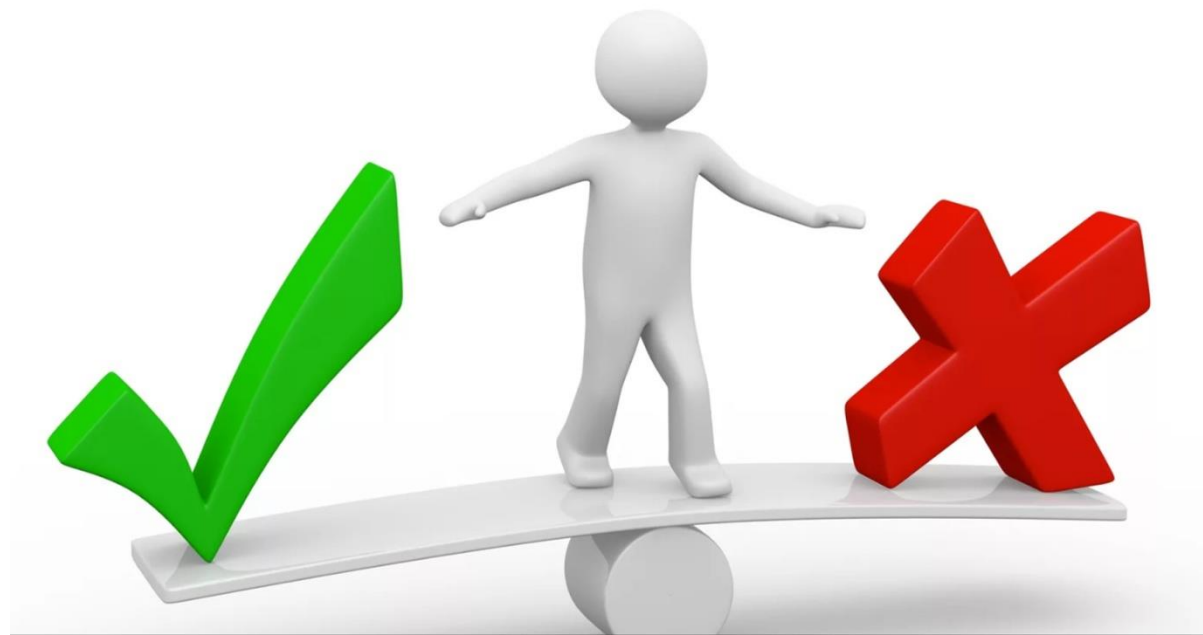


*Подготовила :  
педагог-психолог  
Соколова О.С.*

*по материалам ГБУПК «Центр  
психолого-педагогической,  
медицинской и социальной  
помощи», 2021*



***1. Не балуйте меня, вы меня этим портите. Я очень хорошо знаю, что не обязательно предоставлять мне все, что я запрашиваю. Я просто испытываю вас.***





***2. Не бойтесь быть твердыми со мной. Я предпочитаю именно такой подход. Это позволяет мне определить свое место.***





***3. Не отвечайте на глупые и бессмысленные вопросы. Если вы будете это делать, то вскоре обнаружите, что я просто хочу, чтобы вы постоянно мной занимались.***





***4. Не обращайтесь слишком много внимания на мои маленькие хвори. Я могу получать удовольствие от плохого самочувствия, если это привлекает ко мне чересчур МНОГО ВНИМАНИЯ.***





***5. Не позволяйте моим дурным привычкам  
привлечь ко мне чрезмерную долю  
вашего внимания. Это только вдохновит  
меня на их продолжение.***





**6. Не заставляйте меня чувствовать себя младше, чем я есть на самом деле. Я отыграюсь на вас за это, став «плаксой» и «НЫТИКОМ».**





***7. Не делайте для меня и за меня то, что я в состоянии сделать для себя сам. Я могу продолжать использовать вас в качестве прислуги.***







***8. Не поддавайтесь на мои провокации, когда я говорю или делаю что-то только затем, чтобы просто расстроить вас. А то затем я попытаюсь достичь еще больших «побед».***





***9. Не требуйте от меня немедленных объяснений, зачем я сделал то или иное. Я иногда и сам не знаю, почему поступаю так, а не иначе.***





***10. Не подвергайте слишком большому испытанию мою честность. Будучи запуган, я легко превращаюсь в лжеца.***





***11. Пусть мои страхи и опасения не вызывают у вас беспокойство. Иначе я буду бояться еще больше. Покажите мне, что такое мужество.***





***12. Не давайте обещаний, которых вы не можете выполнить – это поколеблет мою веру в вас.***





***13. Не будьте непоследовательными. Это сбивает меня с толку и заставляет упорнее пытаться во всех случаях оставить последнее слово за собой.***



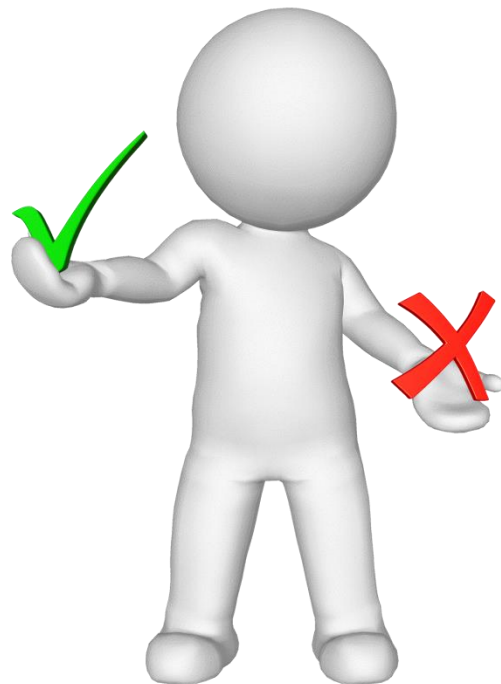


***14. Не придирайтесь ко мне и не ворчите на меня. Если вы будете это делать, то я буду вынужден защищаться, притворяясь глухим.***





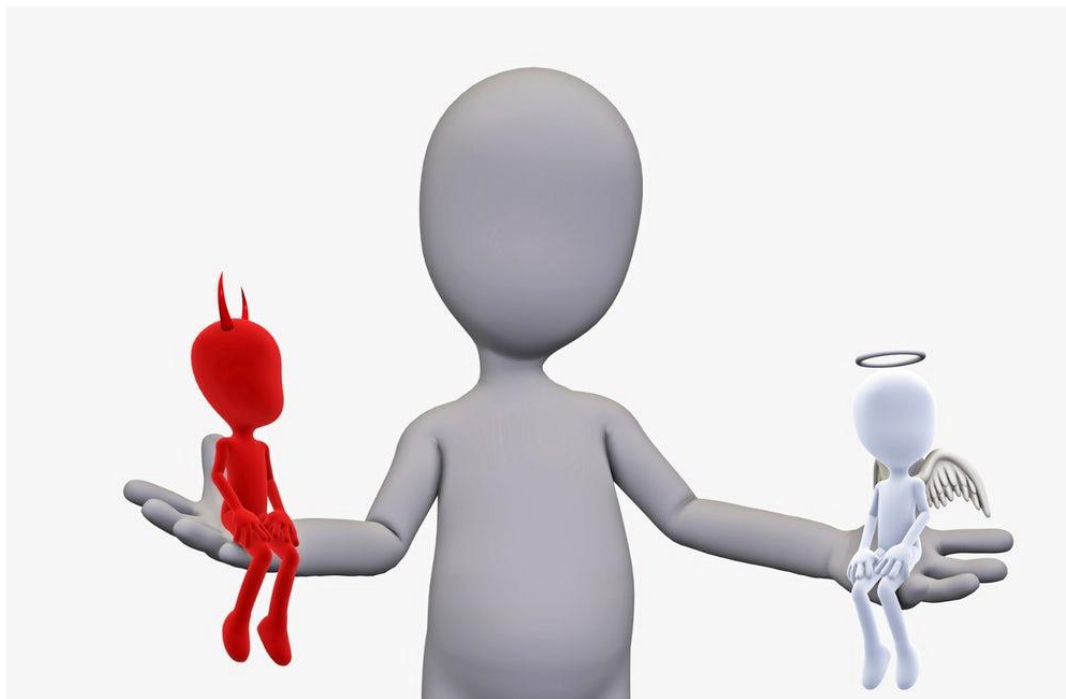
***15. Не пытайтесь читать мне наставления и нотации. Вы будете удивлены, открыв, как великолепно я знаю, что такое хорошо и что такое плохо.***







***16. Никогда даже не намекайте, что вы совершенны и непогрешимы. Это дает мне ощущение тщетности попыток сравняться с вами.***





***17. Не расстраивайтесь слишком сильно, когда я говорю: «Я вас ненавижу». Я не имею буквально это в виду. Я просто хочу, чтобы вы пожалели о том, что сделали***





***18. Если вы мне говорите, что любите меня, а потом просите что-то сделать для вас, я думаю, что нахожусь на рынке. Но тогда я с вами буду торговаться и, поверьте – я окажусь с прибылью.***





***19. Не заставляйте меня чувствовать, что мои проступки – смертный грех. Я имею право делать ошибки, исправлять их и извлекать из них уроки. Но если вы будете меня убеждать, что я ни на что не годен, то в будущем я, вообще, буду бояться что-то делать, даже зная, что это правильно.***





***20. Не защищайте меня от последствий  
собственных ошибок. Я, как и вы, учусь на  
собственном опыте.***





***21. Не забывайте, я люблю экспериментировать. Таким образом я познаю мир, поэтому, пожалуйста, смиритесь с этим.***





**22. Не пытайтесь обсуждать мое поведение в самый разгар конфликта. По некоторым объективным причинам мой слух притупляется в это время, а мое желание сотрудничать с вами становится намного слабее. Будет нормально, если вы предпримете определенные шаги, но поговорите со мной об этом несколько позже.**





***23. Не поправляйте меня в присутствии  
посторонних людей. Я обращу гораздо  
большее внимание на ваше замечание, если  
вы скажете мне все спокойно с глазу на  
глаз.***







***24. Не забывайте, что я не могу успешно развиваться без понимания и одобрения, но похвала, когда она честно заслужена, иногда все же забывается. А нагоняй, кажется, никогда.***





***25. Я хочу быть уверенным, что родился от вашей любви друг к другу, а не только от сексуального удовольствия. Ссоры между вами подтверждают мои самые страшные опасения.***



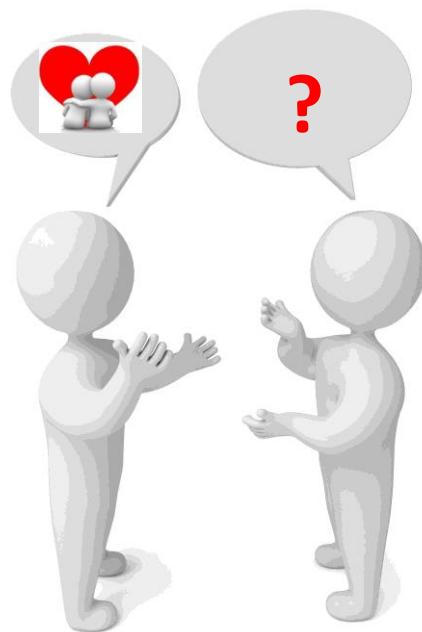


**26. Если я вижу, что вы любите больше брата или сестру я вам не буду жаловаться. Я буду просто нападать на того, кому вы больше уделяете внимания и любви. В этом я вижу справедливость.**





**27. Мне уже сейчас интересен противоположный пол. Если вы это будете игнорировать и не объясните, как мне поступать, и что мне делать со своими чувствами, то мне об этом расскажут мои сверстники и старшие ребята. Будет ли вам от этого спокойно?**





**28. Объясните, почему я должен ценить свое тело как великую ценность. Но если при этом я не пойму, почему я должен слушать и следовать голосу своей совести, то свое тело я буду использовать только для наслаждения без каких-либо ограничений.**





***29. Не пытайтесь от меня отделаться, когда я задаю откровенные вопросы. Если вы не будете на них отвечать, я перестану задавать их вам и буду искать информацию где-то на стороне.***





***30. Я чувствую, когда вам трудно и тяжело. Не прячьтесь от меня. Дайте мне возможность пережить это вместе с вами. Когда вы доверяете мне – я буду доверять вам.***





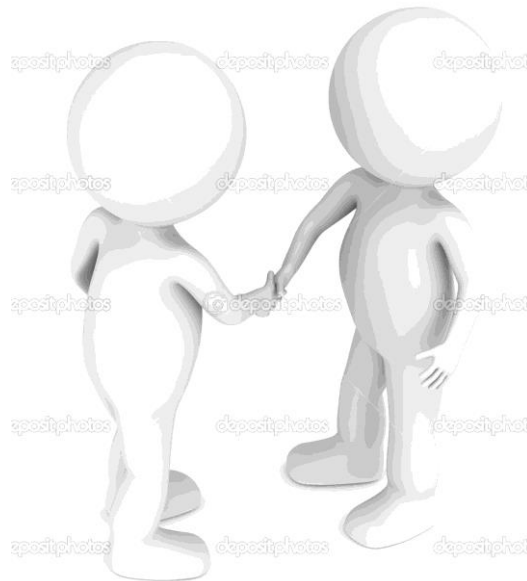
***31. Не беспокойтесь, что мы проводим вместе слишком мало времени. Для меня важнее то, как мы его проводим.***







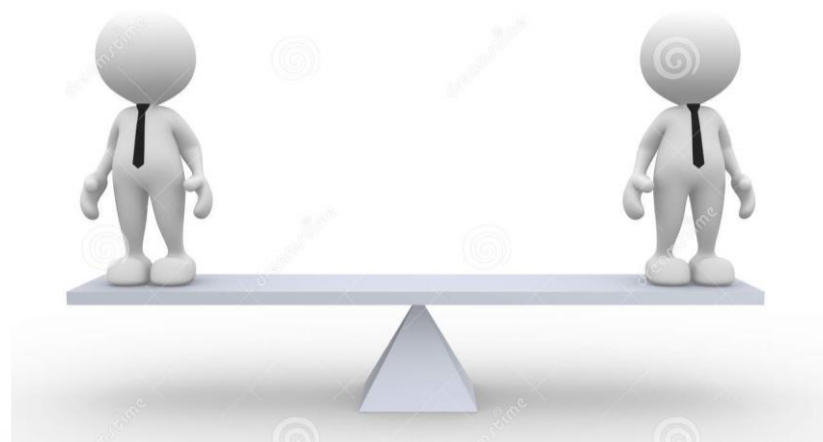
***32. Не полагайтесь на силу в отношениях со мной. Это приучит меня к тому, что считаться нужно только с силой. Я откликнусь с большей готовностью на ваши инициативы.***





***33. Будьте внимательны, когда в моей жизни наступает время большей ориентации на сверстников и старших ребят. В это время их мнение для меня может быть важнее вашего.***

***В этот период я отношусь к вам более критически и сравниваю ваши слова с вашими поступками.***





***34. Относитесь ко мне так же, как вы относитесь к своим друзьям. Тогда я стану вашим другом. Запомните, что я учусь, больше подражая примерам, а не подвергаясь критике.***





***35. Мне важно знать от вас, что правильно, а что нет. Но более всего мне важно увидеть в ваших поступках подтверждение того, понимаете ли вы сами что правильно, а что нет.***





## **Почему важно родителям обращаться за помощью к психологу?**



**1. Выговориться...**

**2. Задать вопрос и получить информацию...**

**3. Узнать о возможных причинах проблем...**

**4. Совместно найти ресурсы для изменения ситуации...**

## Школьная психолого-педагогическая служба:



### ***Руководители психолого-педагогической службы:***

Мальцева Ольга Александровна  
Лукина Ольга Валерьевна

***корпус по адресу: ул. Бушмакина, 26***  
***Телефон для связи: 284-68-62***

### **Педагоги-психологи:**

Кольцова Надежда Ильинична  
Семенова Екатерина Александровна  
Ершова Елена Юрьевна  
Рудакова Дина Владимировна  
Пищальникова Ольга Константиновна  
**Социальные педагоги:**  
Муссихина Гульсина Гайнулловна  
Плюснина Елена Сергеевна



***корпус по адресу: ул. Бушмакина, 18***  
***Телефон для связи: 275-60-52***

### **Педагоги-психологи:**

Соколова Оксана Сергеевна  
Нестерчук Марина Николаевна  
**Социальный педагог:**  
Клименко Татьяна Васильевна

***корпус по адресу: ул. Вильямса, 40***  
***Телефон для связи: 274-57-09***

### **Педагоги-психологи:**

Батуева Любовь Евгеньевна  
Жванова Эльмира Мирзаетовна  
Орехова Ирина Викторовна  
**Социальные педагоги:**  
Пермякова Вера Валерьевна  
Шабанова Татьяна Васильевна

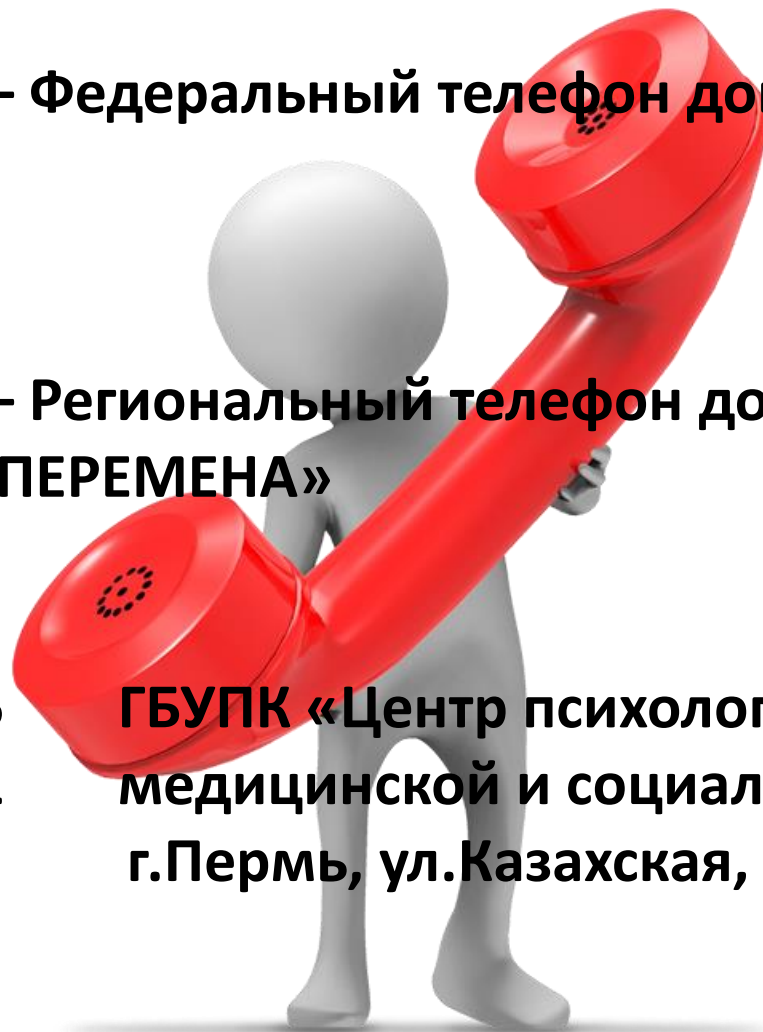


**8-800-2000-122 – Федеральный телефон доверия для детей и подростков**

**8-800-3000-122 – Региональный телефон доверия для детей и подростков «ПЕРЕМЕНА»**

**8(342) 262-80-85  
8(342) 262-81-41**

**ГБУПК «Центр психолого-педагогической,  
медицинской и социальной помощи»  
г.Пермь, ул.Казахская, 71**





## ***Литература:***

***1. Как помочь подростку безопасно взрослеть (сборник рекомендаций для родителей на основе результатов социально-психологического тестирования) / Авторы-составители: Шведчикова Ю.С., Биктагирова М.Ф., Артемьева А.Ю., Майорова М.В., Радостева А.С., Зародова П.О., Шилова Е.А. Под ред. Шведчиковой Ю.С. – Пермь, 2021. – 53 с.***

***2. <https://yandex.ru/images/search?pos>***



# Полезные сайты для родителей подростков



1. Центр защиты прав и интересов детей. Целью деятельности Центра является методическое обеспечение системы образования Российской Федерации в части защиты прав и интересов детей.

Ссылка для доступа: <https://fcprc.ru/>

2. Растим детей. Навигатор современного родителя.

Информационнопросветительский портал, на котором собраны лучшие практики родительства.

Ссылка для доступа: <https://xn--80aidamjr3akke.xn--p1ai/>

3. Государственное бюджетное учреждение Пермского края «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи».

Ссылка для доступа: <http://cppmsp59.ru/>

4. Муниципальное бюджетное учреждение края «Центр

психологопедагогической, медицинской и социальной помощи» г. Перми.

Ссылка для доступа: <https://xn--l1afhav.xn--p1ai/>





5. Нет, это нормально. Проект публикует самые разные истории, позволяющие взглянуть на жизнь через призму родительства, а на родительство – под множеством углов и с разных сторон.

Родительство – это не глянцевая картинка о потоке бесконечного счастья, а сумасшедший титанический труд.

Ссылка для доступа: <https://n-en.ru/mencry/>

6. Наши дети. Портал, который раскрывает все о детях – от А до Я!

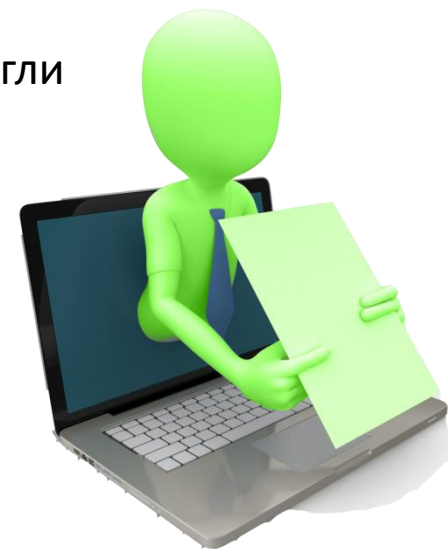
Ссылка для доступа: <http://www.nachideti.ru/>

7. Телефон доверия для детей, подростков и их родителей. Детский телефон доверия работает ради того, чтобы дети, их родители и просто люди, равнодушные к беде живущего рядом ребенка, могли вовремя получить помощь профессионального психолога.

Ссылка для доступа: <https://telefon-doveria.ru/parents/>

8. Государственное бюджетное учреждение Свердловской области «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ладо».

Ссылка для доступа: <http://centerlado.ru/> 53





9. Я – родитель.

Ссылка для доступа: <https://www.yaroditel.ru/parents/base/podrostok/>

10. Воспитай. Клуб родительского мастерства.

Ссылка для доступа: <https://www.vospitaj.com/podrostki/>

11. В семье подросток. Родителям про подростков. Чтобы вместе в радость.

Ссылка для доступа: <http://podrostok.pro/>

12. Курс «ProFamily. Воспитание». Онлайн-курс поможет найти ответы на самые частые вопросы родителей.

Ссылка для доступа: <https://changeonelife.ru/profamily/parenting>

