|  |
| --- |
|  [Переходный возраст: 5 советов родителям](http://www.vashpsixolog.ru/working-with-parents/51-interviews-advice-for-parents/1278-perexodnyj-vozrast-5-sovetov-roditelyam) |

|  |
| --- |
|   |
| *Как помочь детям пережить этот период и самим не сойти с ума?****СОВЕТ 1. ПОЙМИТЕ ПРИЧИНУ****Подросток стремится доказать, что он уже не маленький. В ход идет все: непослушание, своеволие, грубость, «взрослые» привычки: сигареты, алкоголь, ночевки у друзей... Чего делать нельзя: отвечать грубостью на грубость, опускаться до скандалов, контролировать каждый шаг.****Как себя вести****: доверьте подростку то, чего раньше не доверяли: оплатить счета в банке, заказать покупки по Интернету, выбрать подарок отцу на день рождения... Хочет быть взрослым - пусть разделит с вами взрослые заботы.****СОВЕТ 2. ПРОЯВЛЯЙТЕ ИСКРЕННИЙ ИНТЕРЕС****В 13-17 лет у юношей и девушек формируется свой взгляд на мир, своя система ценностей - и этим хочется с кем-то поделиться.****Чего делать нельзя:*** *быть равнодушными, демонстрировать детям, что их мысли и чувства - полная чушь. Как себя вести: разговаривать с детьми, задавать вопросы о его друзьях, увлечениях. Подросток должен понять, что вам не безразлично, чем он живет****СОВЕТ 3. НЕ ДАВИТЕ НА РЕБЕНКА****Слушаться родителей для подростка означает расписаться в своей невзрослости. Вот почему любые советы, а тем более приказы он воспринимает в штыки. Чего делать нельзя: заставлять сына или дочь подчиняться, подвергать наказаниям за ослушание.****Как себя вести:*** *измените тон. Не приказывайте сыну или дочери что-то сделать, а просите и объясняйте, почему это важно. Например, хотите, чтобы он сделал музыку потише, пожалуйтесь на головную боль.****СОВЕТ 4. ЖИВИТЕ ИНТЕРЕСНО САМИ****Претензии вроде «Ты ничего не читаешь! Ничем не интересуешься!» вызывают возмущение подростков: «А ты-то сама?»****Чего делать нельзя:*** *подчинять всю свою жизнь обслуживанию ребенка, забывать о собственных интересах. Как себя вести: подавать пример. Если попрекаете чадо ленью, не сидите сами в четырех стенах: отправляйтесь в поход, в музей.****СОВЕТ 5. ДЕЛИТЕСЬ ОПЫТОМ****Юношеский максимализм отдаляет подростков от родителей: «Взрослым нас не понять...» Тинейджерам трудно представить, что их строгие мамы и папы тоже были юными: и влюблялись, и чудили, и пробовали первую сигарету...****Чего делать нельзя:****быть ханжами, строить из себя людей без недостатков.Как себя вести: открывайтесь перед детьми. С юмором рассказывайте о тех ситуациях, в которые попадали сами, когда были в их возрасте. О первой любви, о конфликтах с родителями, о своих чувствах... Сын или дочь должны понять, что вы им не враги, просто очень за них волнуетесь.****Кстати...****Переходный возраст существует только в цивилизованном обществе. У тех народов, которые живут племенами, есть ритуал, переводящий ребенка из мира детства в мир взрослых. У нас же этот переход растянут во времени и не имеет четких границ. Поэтому подростку порой сложно адаптироваться к новым условиям взрослой жизни.* |