

Подросток и родитель: как найти общий язык?

- Важно помнить, что гораздо легче предупредить появление трудностей, чем потом преодолевать их.
- Старайтесь говорить со своим ребенком, открыто и откровенно на самые деликатные темы.
- Опасайтесь получения вашим ребенком информации из чужих уст.
- Рассказывайте о своих переживаниях в том возрасте, в котором сейчас ваши дети.
- Будьте открыты для общения с ребенком, даже если вы чего-то не знаете или в чем-то сомневаетесь, не стесняйтесь сказать ему об этом.
- Не высказывайтесь негативно о тех переживаниях, которые были связаны с вашим взрослением. Ребенок будет их переживать с вашей позиции и воспринимать так, как воспринимали вы.
- Постарайтесь сделать так, чтобы ваши дети не воспринимали сексуальные отношения как нечто грязное и постыдное. От этого во многом зависит их физиологическое взросление.
- В период полового созревания мальчикам важно получить поддержку и одобрение со стороны мам, а девочкам – со стороны пап.
- Проявляйте ласку к своим детям, демонстрируйте им свою любовь.
- Будьте особенно внимательны и наблюдательны, обращайтесь внимание на любые изменения в поведении своего ребенка.
- Старайтесь защитить своего ребенка всеми возможными средствами если он в этом нуждается.
- В отношении ребенка можно и нужно вводить некоторые правила. Но чтобы они действительно работали во благо, нужно соблюдать принципы, описанные ниже.

1. Правила должны быть

Правила, ограничения, требования, запреты обязательно должны быть в жизни каждого подростка. Это особенно полезно помнить родителям, желающим как можно меньше огорчать детей и избегать конфликтов с ними. В результате они идут на поводу у собственного ребенка. Это *попустительский стиль воспитания*.

2. Правил должно быть немного

Правил, ограничений, требований, запретов не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими. Это правило предостерегает от другой

крайности — воспитания в духе «закручивания гаек», авторитарного стиля общения.

3. Правила должны быть реальными

Родительские установки не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка (в движении, познании, упражнении, общении со сверстниками, мнение которых они уважают больше, чем мнение взрослых).

4. Нужна система правил

Правила, ограничения, требования должны быть согласованы взрослыми между собой. В противном случае дети предпочитают настаивать, ныть, вымогать.

5. Подача правил – дружественная.

Тон, которым сообщаете требование и запрет, должен быть дружественным, разъяснительным, а не повелительным.

6. Наказывайте правильно

От недоразумений никто не застрахован, и настанет момент, когда вам нужно будет отреагировать на явно плохое поведение подростка. *Наказывая подростка, правильнее лишить его хорошего, чем делать ему плохо.*