

И ЕЩЕ...



Старайтесь не критиковать подростка. Вместо этого — объясняйте и обсуждайте то, как вы видите проблему и как её можно решить



Уважайте чувства подростка. Не ставьте под сомнение ценность его переживаний. Это может навсегда разрушить доверие между вами

ПОДРОСТКИ — СУЩЕСТВА, КОТОРЫЕ ЕЩЕ НЕ ДОГАДЫВАЮТСЯ, ЧТО В ОДИН ПРЕКРАСНЫЙ ДЕНЬ ОНИ БУДУТ ЗНАТЬ О ЖИЗНИ ТАК ЖЕ МАЛО, КАК ИХ РОДИТЕЛИ.

РИЧАРД УОЛДЕР

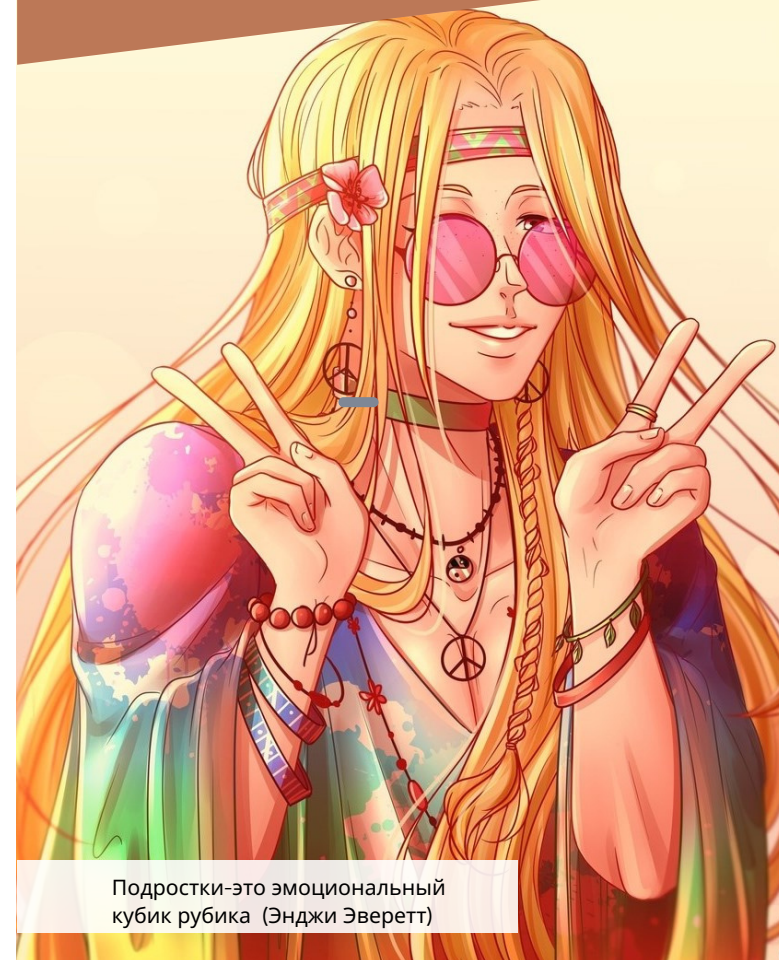


Автор рисунков Елизавета Шуралева
<https://vk.com/forgottenartist>

КАК ПОСТРОИТЬ ОТНОШЕНИЯ

ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ



Подростки-это эмоциональный кубик рублика (Энджи Эверетт)

СОЗДАЙТЕ СЕРУЮ ЗОНУ

ВАЖНО ДАТЬ ПОДРОСТКУ ВОЗМОЖНОСТЬ ДЕЛАТЬ ДАЖЕ ТО, ЧТО ВЫ НЕ ОДОБРЯЕТЕ. ГЛАВНОЕ — ОБЪЯСНИТЬ СВОЁ НЕГАТИВНОЕ ОТНОШЕНИЕ К ЭТОМУ

Подростку свойственна оппозиционность: он будет делать вам всё наперекор, испытывая вас на прочность и исследуя границы допустимого. Задача родителей в этот период — соблюсти баланс между запретами и разрешениями. Помните, как было просто с пятилеткой? Это — можно, а это — нет. Для подростка вам придётся сформировать третий вариант — «серую зону». В ней будут вещи которые вы не одобряете, но готовы разрешить — носить джинсы с дырками или сделать пирсинг, — для каждой семьи «серая зона» своя. Почему вы должны это разрешать? Переходный возраст — время, когда позволительно экспериментировать. Если вы запретите эксперименты, подросток всё равно совершит свою порцию ошибок, просто выберет их из «чёрного списка». А с последствиями предоставит разбираться вам, и без «доверительных отношений».

УВАЖАЙТЕ

ПРОСТРАНСТВО ПОДРОСТКА

ПОДРОСТКИ ОСТРО ОЩУЩАЮТ ПОТРЕБНОСТЬ В ЛИЧНОМ ПРОСТРАНСТВЕ

Стремление к одиночеству — ещё одна особенность переходного возраста. Это означает потребность в отдельном пространстве, в идеале — в собственной комнате, чтобы побыть одному. Многие родители, понимая эту необходимость, интуитивно решают эту проблему исходя из возможностей семьи, однако забывают поддерживать идею личного пространства в мелочах. Например, не стучат в дверь комнаты подростка, диктуют, какие плакаты можно вешать, а какие нет, и так далее. Но ребёнок вырос и стал отдельной личностью, поэтому, если вы готовы выделить ему персональную территорию, её границы надо уважать. Разрешать ребёнку разводить в его комнате костёр не стоит, но стучать в дверь — обязательно, если, конечно, вы хотите, чтобы он стучал, заходя к вам. Возможно, чтобы доверительно поговорить.

ДЛЯ ЛАСКИ НУЖНО НАСТРОЕНИЕ

ПОДРОСТОК НЕ ДОЛЖЕН БЫТЬ ВСЕГДА ГОТОВ К КРЕПКИМ РОДИТЕЛЬСКИМ ОБЪЯТИЯМ. ПОСТАРАЙТЕСЬ ПОНЯТЬ, КОГДА ЭТО ДЕЙСТВИТЕЛЬНО НУЖНО

Потребность в ласке у подростка почти так же сильна, как и у ребёнка младшего возраста. Маленькие дети всегда подходят «погладиться» сами. От подростка вы этого не дожждётесь, хотя он также в этом нуждается. Получать ласку — это право, а не обязанность подростка. Поэтому не обижайтесь, если в ответ на проявление вами нежности, он недовольно бубнит: «Я не маленький». Значит, сейчас ему не надо. Поймите, когда надо и подойдите. Так вы завоеуете доверие ребёнка. Одно объятие в нужное время равно тысяче слов.

