

## **«Переходный возраст: 5 советов родителям»**

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, пожалуйте 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.