

## 12 ЛУЧШИХ СПОСОБОВ НАЛАДИТЬ ОТНОШЕНИЯ С ПОДРОСТКОМ



Времена подростковые считаются самыми тяжелыми для родителей. Недавно послушный ребенок начинает гулять в ненадежных компаниях, переживать по неизвестным поводам и нервничать при ваших попытках обезопасить его жизнь.

**Как наладить отношения с подростком? Соблюдайте нехитрые правила:**

### **Вспомните себя подростком**

Чаще вспоминайте, какие у вас были интересы, друзья, проблемы с близкими. Что вы хотели от других – понимания, уважения свободы, душевной поддержки? Какие самые яркие моменты вам довелось пережить? Ведь это все не было случайно. Это были испытания для формирования вашей личности, того прекрасного человека, в которого вы превратились.

### **Уважайте своего ребенка**

Старайтесь воспринимать его, как личность, т.е. – уважайте его особенности, самостоятельность и право на личные ошибки. Это – основное правило в отношениях между подростками и родителями.

### **Не нарушайте право на тайны**

В этом возрасте уже появляются те секреты, которыми они не готовы поделиться с родителями. Это – нормально, ведь даже у вас найдется парочка тем, которых вы хотели бы избежать при разговоре с детьми.



### **Не избегайте контакта**

Назначайте беседу заранее, чтобы ребенок смог подготовиться. Не читайте нравоучения и не грубите. Будьте спокойны – и, по возможности, откровенны.

### **Задавайте вопросы по существу**

Посоветуйтесь или прямо спросите о своих недочетах. Если ребенок не настроен на беседу – займите его делом. Именно совместные занятия укрепляют отношения в семье.

### **Не надоедайте вопросами**

Покажите своим видом, что вы его любите и всегда хотите послушать, понять и справиться с проблемами без навязывания личного опыта. В беседе ни в коем случае не подгоняйте ребенка, просто используйте уточнения или спросите у подростка, как вам лучше помочь ему.

### **Поощряйте инициативу**

Даже если вам абсолютно безразличны подростковые кумиры, все равно поддерживайте разговор и проявляйте интерес.

### **Поделитесь личными историями**

Чтобы не поучать, и не ставить себя в пример, можно ненавязчиво рассказывать примеры ситуации из своей жизни. Причем вы не всегда должны быть в них правыми или лучшими героями. Такие истории должны быть как бы «без вывода, не в пример». Например, про первую любовь, юношеские тайны, ссоры с взрослыми или драки.

### **Старайтесь не решать за ребенка**

А лишь показывать свое отношение к происходящему. Решения он должен учиться принимать самостоятельно.



### **Хвалите, как можно чаще**

Например, за стильный выбор одежды, за поддержку родных, за успехи в учебе. Лучше всего делать это при свидетелях, ведь подросткам особенно важно мнение окружающих.

### **Поинтересуйтесь его мнением**

Если назревают важные семейные дела, обязательно обсудите их с ребенком. Отношения родителей и подростков значительно спокойней, если ребенок чувствует, что его мнение важно для взрослых.

### **Примите его интересы**

У вашего ребенка появляется новый круг интересов? Впишите его интересы в атмосферу своей семьи, и тогда теплые отношения подростка с взрослыми гарантированы. Спорт, музыка, искусство – в вашем доме все должно восприниматься положительно – даже, если вам вовсе не по душе тяжелый рок.

*Не думайте, что вы воспитываете ребенка только тогда, когда с ним разговариваете, или поучаете его, или приказываете ему. Вы воспитываете его в каждый момент вашей жизни. Малейшие изменения в тоне ребенок видит или чувствует, все повороты вашей мысли доходят до него невидимыми путями, вы их не замечаете.*

А.С. Макаренко

*Всегда поступайте так, чтобы ваши дети достаточно уважали вас, но не боялись. Не навязывайте им тех добродетелей, которыми не обладаете сами. Ведь дети наблюдают за нами и делают выводы.*

Андре Моруа «О воспитании детей»

