

Рекомендации родителям подростков по вопросам воспитания.

Ждать когда «все само пройдет» с подростком вовсе не так просто. И период гораздо дольше. И причины совсем не столь очевидны, как с зубами.

Что же делать?

1. Поддерживать собственную **позитивную самооценку, как родителя**. То, что происходит – не ваша вина. Это просто закон природы.
2. **Уважать необходимость подростка** психологически отделиться от вас. Ему это необходимо, чтобы вырасти полноценным взрослым.
3. Давать подростку **больше свободы**, иначе он все равно попытается взять ее силой. Дав эту свободу сами, вы сохраните более дружественные и уважительные отношения.
4. Постепенно **отдавать подростку контроль** над все большими сферами его жизни. Ему необходимо учиться на собственном опыте и ошибках. В конечном итоге будет оптимально, если вы сможете вмешиваться в его жизнь, только когда заподозрите угрозу его жизни и здоровью.
5. **Оберегать собственные психологические границы** – не давать ему садиться себе на шею. Раз у ребенка есть своя территория, вы тоже имеете право на свою.
6. В подростковом возрасте основной референтной группой (той, чье мнение для него важно) становятся не родители, а другие подростки и чужие взрослые, от которых у подростка нет причин отделяться. Поэтому будет гораздо полезнее, если вы **обеспечите подростку хорошее окружение**, в котором он легко научится полезным навыкам, нежели будете сами действовать напрямую. Не зря сказано о пророке в своем отечестве.
7. Большую помощь может оказать **участие подростка в тренинговой группе**, где он находится среди сверстников и учится в игровой форме под руководством опытных психологов. Там ребенок может освоить необходимые навыки и разрешить многие психологические проблемы.
8. И наконец, помнить, что **трудный возраст пройдет**, и ваши добрые отношения наладятся. Надо только набраться терпения и помочь подростку пройти этот период.