

## ОБЩАТЬСЯ С ПОДРОСТКОМ – КАК?

Отношения родителей с детьми меняются по мере того, как они растут, меняется и подход к родительству. И если строптивого двухлетку можно было взять под мышку и унести с площадки, то с пятилеткой уже придется договариваться. А вот как следует изменить свой родительский стиль, если ваш ребенок вошел в подростковый возраст — колонка, написанная Кэссиди Литтлтон, которая сама совсем недавно была подростком (сейчас ей 21 год).

*Родители, я уверена, вы почувствовали себя тревожно, как только прочитали этот заголовок. Сложно смириться с тем, что ваш ребенок — больше не ребенок, и хотя он еще не закончил школу, он все равно уже вырос. Он уже вырос из своих детских лет, перешел к пубертатному периоду, изучает, что ему интересно, и становится независимым. Ваш ребенок — больше не малыш, которому требуются постоянные наставления и поддержка, он теперь тинейджер. И по мере того, как меняются ваши дети, должен меняться и ваш подход к родительству. И если эта перспектива вас пугает, просто помните о том, что это прекрасная возможность вдохновить своих подростков использовать свой потенциал полностью.*

*Если честно, я в свое время была довольно трудным подростком. Я была яростно независимой и вспыльчивой, и хотя я с уважением относилась к взрослым и хорошо училась, дома я часто злилась и протестовала. Я росла в приемных семьях и с разведенными родителями и, вспоминая свой опыт, я многое поняла о том, какой эффект на меня оказали разные родительские стили, как они повлияли на мою уверенность, мотивацию и отношения с людьми.*

<...> Мы все разные, а потому не существует какого-то универсального подхода к воспитанию подростков (это хорошо — это значит, что у вас есть пространство для маневров!), но вот в чем дело: вы провели последние десять лет или около того, подготавливая своего ребенка к тому, что он станет успешной личностью, а теперь, когда ваш ребенок переходит к подростковому возрасту, пришло время обновить свои правила и методы.



**Для начала важны границы** — такие вещи, как комендантский час, ожидания, которые предъявляются к ребенку дома и в школе, а также общие ценности — всему этому важно уделить внимание. Если вы продолжите наблюдать за своим ребенком и руководить им так же плотно, как раньше, ваш подросток может пропустить какие-то важные для его возраста социальные вехи, а также начнет чувствовать, что его ограничивают и притесняют. Это может привести к злости, непониманию и неприязни в будущем.

Если вы дадите своим детям больше свободы и возможностей для самоопределения, им будет проще разобраться в себе и окружающем мире. Это также может привести к тому, что они будут более открыто и честно говорить о своей личной жизни, потому что они будут знать, что вы готовы предоставить им возможность учиться на собственных ошибках.

**Постепенно передавайте своим подросткам все больше и больше власти и слушайте их**, когда они делятся с вами своим опытом.

Это выглядит так, как будто вы позволяете им принимать все больше и больше решений самостоятельно: например, в какой одежде они пойдут в школу или с какими друзьями они будут встречаться на выходных. Позвольте им самим обратиться к вам за помощью и советами,

вместо того, чтобы давать их автоматически. Сперва выслушайте их и задайте вопросы, а затем уже что-то советуйте.

***Предлагайте им пробовать что-то новое*** и удовлетворять свое любопытство. Сделайте упор на безопасность, прозрачность и доверие в ваших отношениях и пользуйтесь любой возможностью создать для них систему поддержки из родственников, друзей, учителей, наставников и тренеров. И наконец: не забывайте проявлять снисхождение к своим подросткам, потому что вы тоже когда-то были молодыми и глупыми. Не бойтесь. Приготовьтесь, пристегнитесь и наслаждайтесь поездкой!

Источник: [chips-journal.ru](http://chips-journal.ru)