

## Ошибки, которые допускают все родители подростков



Подростковый возраст — трудное время не только для родителей, но и для самих детей. В это время родители часто понимают, что те правила, по которым они общались с детьми, уже не действуют. В этот период часто всплывают ошибки воспитания — родители понимают, что нужно что-то менять.

Что так часто мешает нам, родителям, построить крепкие, теплые отношения с подростками и не потерять их доверие?

### 1 Настаиваете на откровенности?

Многим родителям сложно принять, что повзрослевший ребенок допускает их не во все сферы своей жизни. Часто они начинают требовать большей откровенности от ребенка. Но подростку крайне важно чувствовать свою самостоятельность, опираться на собственное мнение. Чем больше он ощущает давление на себя, обиду со стороны родных, тем сильнее начинает закрываться и защищать свое личное пространство: уходит от откровенности, начинает обманывать.

### 2 Нарушаете личное пространство?

Порой из самых благих побуждений родители начинают проверять карманы, сумку, переписку подростка. Делая так, мы не только проявляем неуважение к ребенку, но и обесцениваем его личное пространство, а ведь он еще только начинает пробовать обращаться с ним.

Это сильно подрывает его доверие как к родителям, так и к самому себе. Стоит приложить усилия, чтобы контроль стал результатом открытой и честной договоренности между вами и ребенком.

### 3 Игнорируете мнение подростка?

Когда родители не интересуются мнением ребенка, не принимают его в расчет — он чувствует, что оно для родителей не важно, и делает выводы, что его не любят и не уважают.

Такое поведение может спровоцировать в ребенке агрессию. Возможен и второй вариант: ребенок сдастся в ответ на вашу настойчивость и однажды может просто потерять способность принимать решения самостоятельно.

### 4 Предъявляете размытые требования?

Конечно, на уровне здравого смысла ребенок поймет вас, но реализовать требование ему бывает очень сложно, поскольку критерии довольно размыты.

Со временем это может привести к большому расхождению во мнениях между вами: ребенок будет считать, что уже соответствует предъявленным требованиям в полной мере, а вы — что всегда есть к чему стремиться. Чтобы избежать этого, стоит точно представлять, чего вы хотите, и научиться так же точно говорить об этом детям.

#### **5** Обесцениваете его чувства?

Родителям часто кажется, что дети излишне драматизируют события. Но если ребенок регулярно не получает поддержку со стороны близких, он чувствует себя отвергнутым и закрывается еще сильнее. Либо начинает протестовать против родителей и вести себя агрессивно.

Старайтесь воспринимать всерьез все то, что происходит с ребенком, уважайте его чувства, цените его доверие. Дайте ему знать, что он понят и принят, что его чувства для вас важны.

#### **6** Не всегда последовательны?

Порой, чтобы ребенок выполнил требования, родители прибегают к заранее невыполнимым обещаниям или угрозам. Но, когда желаемая цель достигнута, забывают о своих словах или же просто не спешат их выполнять.

Но стоит помнить: подростки очень щепетильно относятся к выполнению обещаний взрослых. Если раз за разом близкие будут говорить пустые слова — ребенок перестанет верить им. Так родители потеряют авторитет в глазах подростка.

#### **7** Слишком много учите его жизни?

Не стоит превращать свою родительскую власть в диктат. В противном случае это просто может привести либо к жесткому отпору и агрессии со стороны ребенка, либо вы просто рискуете сломать его целостность и самооценку.

Родителям подростков стоит стремиться к разумным компромиссам. Принимать решения совместно с ребенком, идти на уступки, которые позволят ему сохранить свое лицо. Стоит учиться видеть в ребенке прежде всего личность, которую нужно уважать.

#### **8** Живете его жизнью?

Когда вся жизнь родителей построена только вокруг ребенка, растворена в нем — это уже явный перебор. Дети, перенимая

отношение родителей к самим себе, могут начать так же явно пренебрежительно относиться к ним.

Родителям стоит уделять время собственным интересам, находить время для отдыха. Без этого крайне сложно выстроить правильные отношения с ребенком, а ему — сложно гордиться своими родителями и ценить их.

#### **9** Не интересуетесь его жизнью?

Не зная того, чем живет ребенок, что его интересует, невозможно построить с ним доверительные отношения, которые так важны в подростковом возрасте.

Если вы попытаетесь больше узнать о том, что происходит в жизни ребенка, о его увлечениях и покажете свою осведомленность, то заслужите его расположение, вам будет о чем поговорить.

#### **1 0** Постоянно критикуете?

Часто родители считают, что хвалить нужно только за отличные оценки. Однако подростки нуждаются в одобрении во всех своих делах. Ребенку это придает силы двигаться дальше, помогает легче переживать неудачи.

Здоровую критику при этом никто не отменяет. Но всегда стоит сдерживать эмоции и помнить, какую цель вы при этом ставите: наказать ребенка? Выразить свое отношение к поступку? Помочь ему осознать свою неправоту? Или решить вместе с ним проблему?

#### **1 1** Близко не знакомы с их друзьями?

Родителям будет не лишним познакомиться с ближайшим кругом общения своих детей. Для этого бывает достаточно просто почаще приглашать их в гости на чашечку чая с пирогом.

Это не только укрепит ваши отношения, но и поможет быть спокойными за собственного ребенка. Если вас очень настораживает кто-то из друзей подростка, вы сможете деликатно обсудить это с ним. Полагаясь на ваше мнение, он и сам сделает вывод по поводу своего товарища.

#### **1 2** Не проявляете к нему уважения?

Конечно, порой ребенок становится виновником ситуаций, в которых сложно сохранять терпение. Но думать, что произнесенные повышенным тоном аргументы станут весомей, — заблуждение. Для него они будут означать ваш срыв и его правоту.

Если ситуация будет повторяться — подросток просто перестанет обращать на вас внимание, перестанет вас уважать. Что превратится в конце концов в замкнутый водоворот.

### 1 3 Проводите мало времени вместе?

Это только на первый взгляд кажется, что подростки совсем уже большие и не нуждаются в родительском внимании и ласке. Даже если у вас совсем мало времени - пусть качество заменит количество. В будни достаточно проводить вместе по полчаса - часу, но без отвлечений на свои дела, выходные можно посвятить совместному походу, просмотру фильма или играм.

Если же совместная жизнь родителей и подростка сводится только к формальному общению, он может начать чувствовать себя ненужным, незащищенным, ощущать безнадежность, иметь слабую самооценку.

