Взросление детей – трудное время для родителей. Что делать родителям для того, чтобы оставаться в здравом уме и с честью пережить этот период?

**Рекомендации для родителей**

 Могут ли подростки и родители жить вместе в мире и уважении? Только в определенных условиях.

Подросток нуждается в родительской помощи, даже если он не признается в этом. Поэтому поддержка родителей должна быть тонкой и тактичной.

***1. Примите его нетерпеливость и неудовлетворенность***

Для подростка совершенно естественно вести себя неустойчивым и непредсказуемым образом.

Все что им нужно в этот период, это чтобы окружающие принимали бы их такими, какие они есть.

***2. Не старайтесь «все понять»***

Подростки не хотят немедленного понимания.

Горькая правда заключается в том, что    независимо    от    нашей действительной мудрости, мы никогда не можем быть правы в глазах нашего подростка.

***3. Понимание – это не одобрение***

В своих ответных действиях родители должны проводить границу между терпимостью и разрешением, между допущением и одобрением.

Хотя очень часто поведение подростков и неприятно, к нему можно относиться терпимо; оно не одобряется и не приветствуется. Оно просто принимается.

***4. Не подражайте им в языке и поведении***

Дети должны быть детьми, но взрослые должны вести себя как взрослые. Подростки сознательно принимают стиль жизни, отличный от нашего. Когда мы имитируем их стиль, мы только толкаем их к еще большей конфронтации.

***5. Не накапливайте обиды***

Существует мнение что, подростку пойдут на пользу напоминания о его недостатках.

Такая «честность» часто портит отношения между родителями и подростками. Когда подростка заставляют    публично    признавать свои промахи, он больше не захочет исправлять их наедине с собой.

***6. Не наступайте на больную мозоль***

Каждый подросток имеет какие-нибудь недостатки, прикосновения к которым для него очень чувствительны. Лучше всего, когда родители не задевают подростков. «Удары», нанесенные родителями, ранят глубже и заживают дольше.

***7. Не культивируйте зависимость***

В юности зависимость порождает враждебность. Подростки жаждут независимости. Мудрый родитель заставляет себя больше позволять своему подростку.

Подростку нужен голос и выбор в коренных вопросах его жизни.

***8. Не спешите исправлять ситуацию***

Подросток часто отвечает упрямством на попытки корректировать его действия.

***9. Не нарушайте его уединения***

Подросткам необходимо уединение, оно    позволяет   иметь свою собственную жизнь. Уважение к личной жизни требует дистанции, которую родителям трудно, но необходимо сохранять. Родители и подростки могут «быть вместе, но не слишком».

***10. Не читайте лекции, избегайте проповедей***

При общении с подростками необходимо не говорить, а взаимодействовать.

***11. Не навешивайте ярлыков***

Навешивание ярлыков опасно. Существует реальная опасность, что наши слова могут услышать и взять на заметку. Детям очень легко войти в роль, которую им отводят.

***12. Не давайте противоречивых указаний***

Чтобы избежать конфликта, родительские указания должны содержать что-нибудь одно: явный запрет, снисходительное разрешение или свободу выбора.

***13. Не предрекайте неудач***

Реально мы не можем подготовить наших подростков к будущему. Мы можем только помочь им жить в настоящем. Нельзя реально подготовить к большинству душевных потрясений, которые подросток должен пережить. Не имеет смысла строить предположения об этих событиях.

Каждый подросток должен идти своим путем в жизни.

**Ваша родительская любовь – главная поддержка**