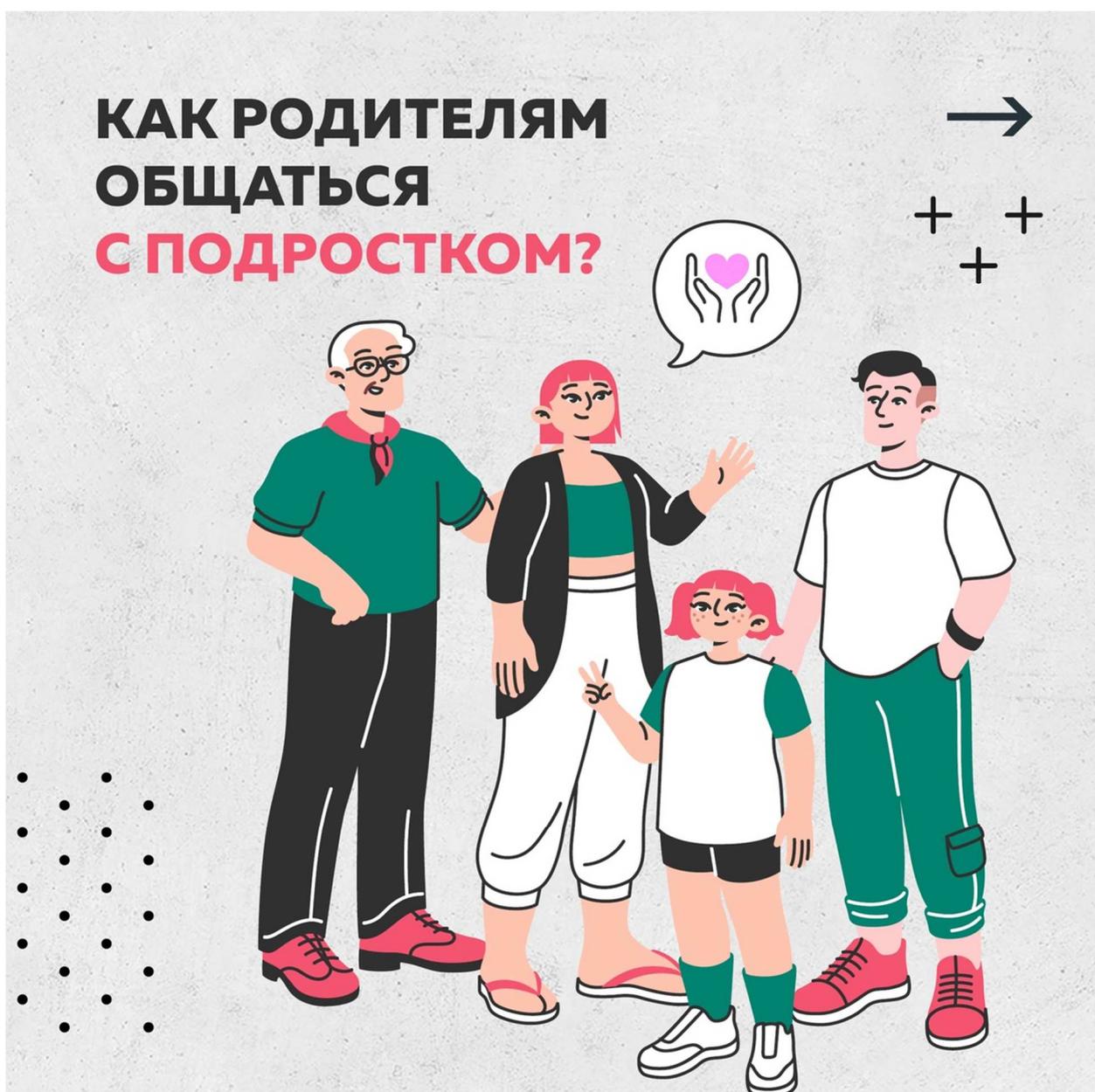


Подростковый период — не время тотального контроля 😞

😞 Знакома ситуация, когда любимая дочь или дорогой сын резко меняют поведение — становятся грубыми, дерзкими и даже отрицают семейные правила? Возможно, это переходный возраст.

💬 Рассказываем об особенностях этого периода и о том, как родителю выстраивать взаимодействие со своим подрастающим ребенком.

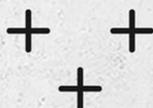


ОСОБЕННОСТИ ЭТОГО ПЕРИОДА



В возрасте от 12 до 18 лет настроение **и поведение подростка часто меняются** — сегодня он апатичен, завтра открыт, а послезавтра раздражен. Именно это время называют «гормональным взрывом», «пубертатом».

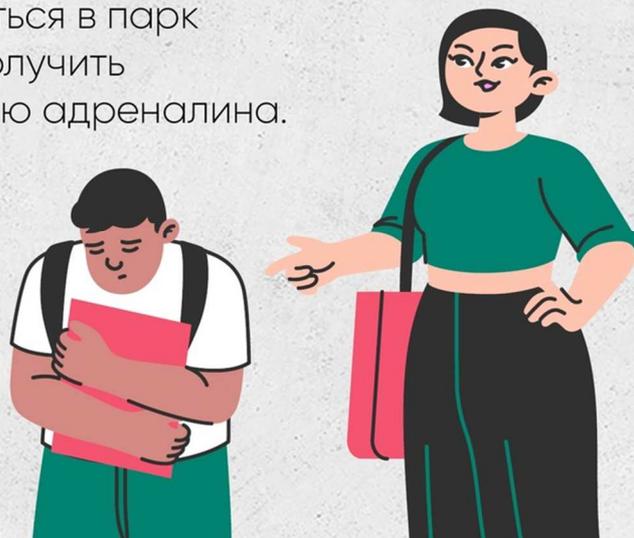
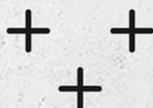
Дети редко откровенничают с родителями, порой **переживают эмоции** в одиночестве без мамы и папы. Главное — не упустить момент, чтобы подросток не превратился в «трудного».



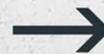
ВМЕСТО ЧТЕНИЯ МОРАЛИ – → РАЗГОВОРЫ ПО ДУШАМ

У ребенка не будет потребности искать опасных друзей, проверять «свои границы» на улице, если дома он чувствует себя любимым и знает, что его поддержат в любых начинаниях.

В этом случае для подростка будет ценным **провести время с семьей** — поделиться своими проблемами, вместе посмотреть фильм ужасов, отправиться в парк аттракционов, чтобы получить контролируемую порцию адреналина.

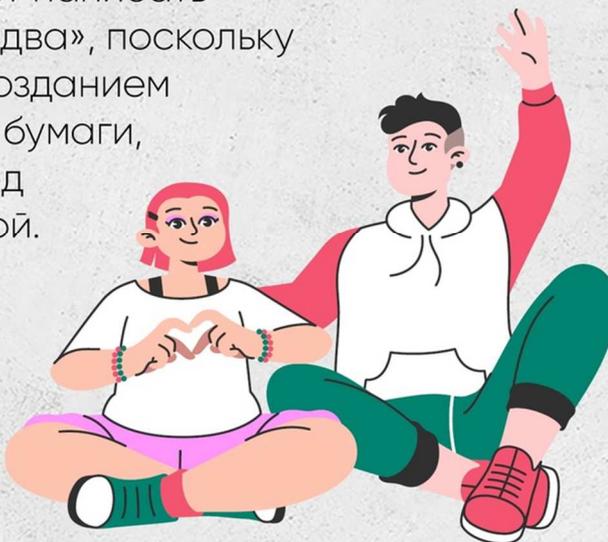
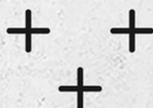


НЕ НАЛАГАЙТЕ ТАБУ НА ОБЩЕНИЕ С ДРУЗЬЯМИ ИЗ-ЗА ПЛОХОЙ ОЦЕНКИ



Иногда может казаться, что именно друзья становятся причиной плохой учебы в школе. Однако важно отметить – часто у подростков есть **желание продемонстрировать в дружеском общении усвоенные в период познавательной активности знания и навыки.**

Например, ребенок может написать контрольную работу на «два», поскольку всю ночь трудился над созданием единорога из крафтовой бумаги, чтобы похвастаться перед друзьями модной поделкой.



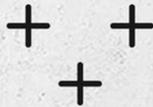
НЕ ЗАОСТРЯЙТЕ ВНИМАНИЕ НА МЕЛОЧАХ



Ребенок бросил рюкзак посреди комнаты или после прогулки не убрал верхнюю одежду на место? Вам кажется, совершенно естественно списать все на лень. Однако поставьте себя на его место. Ведь **может, он чувствует себя измотанным или ему необходимо сочувствие.**



На время забудьте о беспорядке и **спросите о чувствах ребенка, помогите советом, узнайте, что сейчас ему необходимо.** Только тогда попросите его поднять рюкзак. Дозируйте свои требования.



ЧТО НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ РОДИТЕЛЯМ ПО ОТНОШЕНИЮ К ПОДРОСТКУ?



- ✗ Критиковать, высмеивать внешний вид и одежду
- ✗ Полностью контролировать все сферы жизни
- ✗ Запрещать общаться с друзьями
- ✗ Относиться как к маленькому ребенку
- ✗ Сравнивать с одноклассниками, детьми знакомых

