

## Все о подростке

### «Ты уже взрослый» или «ты еще мал»

Давайте вспомним, как часто мы говорим своим детям **Ты уже взрослый** или **Ты еще мал для этого**. И зачастую произносим эти фразы, чередуя, в течение одного дня. Но если еще вчера ваш ребенок спокойно относился к заявлению **Ты еще маленький**, то сегодня он уже протестует всеми доступными ему способами. А дело все в том, что в период отрочества общение с родителями, учителями, соседями и другими взрослыми складывается под влиянием возникающего **чувства взрослости**. Что же это за чувство? Давайте разбираться.

Начало периода отрочества приходится на 11-12 лет. Возраст пятиклассников, переход в среднюю школу. Они уже распрощались с малышовой - начальной школой. Началось приобщение к миру старших. Да и все вокруг говорят, что он вырос. Вот тут-то и начинаются противоречия, которые приводят к конфликтам.

**С внешней стороны** у подростка ничего не меняется: учится в той же школе (если, конечно, родители вдруг не перевели в другую), живет в той же семье. Все так же в семье к ребенку относятся как к маленькому.

Многое он делает сам, многое - не разрешают родители, которых все также приходится слушаться. Родители кормят, поят, одевают свое чадо, а за хорошее (с их точки зрения) поведение могут даже и наградить (опять-таки по своему разумению). И при этом родители не забывают говорить, что ты уже стал взрослым.

Парадокс? Конечно. Да и сам ребенок в глубине души понимает, что до реальной взрослости далеко, но так хочется! Изменить он пока ничего не может, но **внешне** начинает подражать тем самым взрослым.

Отсюда и появляются **атрибуты псевдовзрослости**: курение сигарет, тусовки у подъезда, распитие баночки пива. А в старшем подростковом возрасте - поездки за город (или ночевки у друзей) как внешнее проявление позиции *Я тоже имею свою личную жизнь*.

При этом копируются любые отношения: этим ребенок как бы приобщается к миру взрослых.

**Будьте внимательны к своим словам и поступкам. Ребенок – зеркало ваших собственных проблем и взаимоотношений.**

#### А что же происходит в душе ребенка?

У подростков появляются свои позиция. Он считает себя уже достаточно взрослым и относится к себе как к взрослому. Примите эту позицию. Ваш сын (дочь) действительно вырос.

Это поможет выработать новые отношения со своим ребенком. В любом случае если вы хотите сохранить добрые отношения, то меняться и подстраиваться придется вам.

Это проявится следующим:

- Желание, чтобы все (учителя, родители, соседи) относились к нему как к равному, взрослому.
- Стремление к самостоятельности.

- Появление собственных вкусов и взглядов, оценок, линии поведения. Постарайтесь понять своих детей. Выслушайте их точку зрения и аргументы. Может, вы и не во всем с ними согласны, но это будет лишним поводом научить их отстаивать свое мнение, грамотно спорить. Но если они сумеют отстоять свою позицию, разве это так уж плохо?
- Соблюдение морального кодекса товарищества), который везде одинаков и от культуры и страны не зависит.

Кодекс выражается в четком стиле поведения по отношению к сверстникам. А именно важными в отношениях считаются:

- взаимоподдержка,
- помощь во всем,
- эмоциональный комфорт в общении,
- сохранение тайны,
- запрет критиковать,
- запрет поучать,
- запрет ревновать,
- уважение внутреннего мира другого и невмешательство в него.

### Как примириться со взрослением своего ребенка?

- Будьте другом своему ребенку. Научитесь доверять ему. Найдите формы налаживания и поддержания доверительных отношений. Отнеситесь к нему как к взрослому, имеющему свои взгляды и точку зрения. Научите его грамотно спорить, аргументировано отстаивать свою позицию.
- Поговорите с подростком о правах и обязанностях. Можно составить с ребенком своеобразный контракт — кто за что отвечает. Причем выполнять его надо всем членам семьи на равных. Пусть подросток постепенно привыкает отвечать за свои поступки и действия.
- Выработайте единые требования к ребенку в семье. Нельзя допустить, чтобы один взрослый разрешал ему делать то, что другой запрещает. Это позволит подростку манипулировать родителями.
- Поддерживайте своего ребенка в начинаниях. Выработайте систему совместных дел. Например, можете всей семьей готовить праздничные воскресные обеды. И обязательно включайте ребенка в решение семейных проблем. Интересуйтесь его мнением и учитывайте его при решении важных вопросов.
- Меняйтесь вместе с вашим ребенком, это поможет по-новому выстроить ваши с ним отношения.

## Все о подростке

### Физиология возраста

Подростковый период — это долгий переходный период, который характеризуется также рядом физических изменений наших детей. Давайте вместе проследим, какие основные физиологические изменения происходят в этот период.

- Изменяется рост и вес.

- Появляются вторичные половые признаки (появление волос, появление поллюций у мальчиков, менструаций у девочек и т.д.).
- Происходит гормональная перестройка организма.

Функции профилактики:

1. *Поговорите с подростком о половом развитии половой гигиене сами или донесите эти сведения через посредника – специалиста.*
2. *Развейте все его страхи и сомнения, касающиеся правильного взросления.*
3. *Помогите ему найти ответы на интересующие его вопросы.*
4. *Расскажите о специалистах в данной области, к которым он при необходимости сможет обратиться.*

Происходит гормональная перестройка организма Обостряются хронические заболевания, функциональные расстройства.

Гормональная перестройка в организме является также причиной **нестабильности эмоционального фона**.

Возникают образы: образ мужественности и образ женственности.

Поговорите с сыном (дочерью) в интимной обстановке, за чашкой вечернего чая:

1. О чувствах (какую роль они играют в отношениях);
2. О разнице влечения, влюбленности и любви;
3. Об ответственности за свои действия и половые отношения (если таковы уже есть).

В период физиологических изменений у подростка возникает **новый образ своего физического я**. Внешняя непривлекательность (угловатость или округлость) могут привести к чувству неполноценности.

Подростку может казаться, что никогда эти прыщи не пройдут, что он навсегда останется таким толстым и неуклюжим... Поэтому в этот период особенно актуальным для подростка является принятие его внешности значимыми для него людьми (родителями, друзьями).

**Можно поддержать детей, помочь им принять свою внешность.**

1. *Рассказывайте своему ребенку об изменениях в его организме, о временном характере этих изменений.*
  2. *Обратите особое внимание, если ребенок внезапно сел на диету или вообще стал отказываться от пищи.*
  3. *Соотносите физическую нагрузку с состоянием его здоровья. Это поможет ребенку избежать переутомления.*
  4. *Поговорите с подростком (или донесите эти сведения через посредника - специалиста) о половом развитии и половой гигиене.*
  5. *Развейте все его страхи и сомнения, касающиеся неправильного взросления. Помогите ему найти ответы на интересующие его вопросы.*
  6. *Будьте терпеливы к своему ребенку.*
  7. *Обращайте внимание на недомогания подростка и периодически консультируйтесь со специалистами.*
  8. *Следите за своими словами и эмоциями.*
- **Очень важно, чтобы родители рассказали сыну (или дочери), что с ним происходит и почему.**

- Следите за своими словами и эмоциями. Ваши слова, даже просто сказанные в шутку, или негативные реакции на внешность подростка могут сильно его ранить, заронить сомнения и посеять комплексы в душе вашего ребенка.
- Будьте терпеливы к своему ребенку. Он не так капризен, как вам кажется. Обращайте внимание на его недомогания и периодически проверяйтесь у специалистов.

## Как понять себя

В 11-12 лет у подростка появляется желание понять себя, узнать, что он из себя представляет. То есть сформировать систему представлений о самом себе, на основе которой и строить взаимодействие с другими. Психологи еще говорят: создать свой **Образ Я..**

**Самопознание в основном происходит через друзей: подросток сравнивает себя с другими, анализирует**

Именно благодаря общению с друзьями, сверстниками у подростка, формируются представления о своих способностях (интеллекте), внешности, социальной значимости и т.д.

Кроме того, возникает оценочное мнение о себе. Он узнает, насколько уверен в себе, критичен, конфликтен, как к нему относятся другие.

И, наконец, подросток познает себя как индивидуальность, свой характер, личностные особенности, способности, привычки, странности и склонности.

Для подростка особенно важна эмоциональная оценка своих черт характера. Именно поэтому подростки так чувствительны к словам.

**Личностное развитие подростка на данном этапе характеризуется двумя основными потребностями: с одной стороны, потребностью в самоуважении, с другой – в общении со сверстниками.**

Чем здесь могут помочь родители?

Главная задача родителей – помочь ребенку научиться правильно оценивать себя, но при этом не расстраиваться, а спокойно решать проблемы шаг за шагом.

Подросткам важно выглядеть в глазах других привлекательно.

Помогите ребенку научиться принимать себя таким, каков он есть, со всеми сильными и слабыми сторонами. Только реально оценивая себя, подросток имеет шанс изменить себя.

Как помочь ребенку принять себя?

- Любите и принимайте своего ребенка таким, какой он есть. Может огорчать только его поведение, но не он сам. Обсуждайте только те или иные его поступки, действия, но не его самого!
- Замените фразы типа **Ты стал грубым и невыносимым**, фразами: **Мне причиняют боль твои резкие слова** или **Мне хотелось бы, чтобы ты чаще помогал мне** (или попросите о конкретной помощи).
- Чаще говорите своему ребенку о любви к нему, хвалите его.
- Помогите подростку понять себя, найти свои сильные стороны. Примирите его с его слабостями. Поищите вместе с ребенком в слабости сильную сторону. Это поможет ему изменить себя. Например, его робость и нерешительность можно представить в глазах подростка как осторожность. А это - замечательное качество.
- Научите ребенка спокойно, шаг за шагом решать свои проблемы. Покажите ему, как можно разбивать путь к цели на этапы, которые постепенно преодолеваются

один за другим. Успешное завершение отдельного этапа позволит подростку увидеть реальные результаты своих действий и поверить в собственные силы.

- Спокойно относитесь к меняющимся увлечениям подростка. Просто иногда обсуждайте, почему какое-то дело сначала увлекло, а потом перестало интересовать. Это поможет подростку научиться анализировать свои действия.
- Следите за своими высказываниями и эмоциональными оценками действий ребенка (черт характера, поступков).

## Все о подростке

### Общение со сверстниками

В общении с друзьями подросток начинает анализировать и черты характера — опять-таки с точки зрения примерки на себя: **Вот такая черта мне импонирует, а вот эта просто бесит.**

Взаимодействуя друг с другом, подростки учатся рефлексии, то есть самоанализу. С другой стороны, они же получают и обратную связь от сверстников — какими их видят другие.

Подростки с интересом изучают себя и других. И такая взаимная заинтересованность и совместное постижение окружающего мира становятся самоценными.

Это оказывается таким увлекательным занятием, что ребята просто забывают обо всем на свете: об уроках, домашних обязанностях и остальном. И тогда на первый план выходят ОБЩЕНИЕ И ДРУЖБА.

Любой подросток мечтает о закадычном друге. Причем о таком, которому можно было бы доверять на все сто, как самому себе, который будет предан.

И обретение такого друга будет иметь большое значение в жизни подростка. В друге ищут схождения, понимания, принятия. Подросток эмоционально уже менее зависит от родителей. Он хочет иметь **свою** личную жизнь, в которую доступ взрослым закрыт.

Поэтому именно обретенному другу он будет поверять все тайны, просить совета, обсуждать проблемы.

Практически друг будет являться аналогом психотерапевта. При этом ребенок будет ревностно отстаивать право на общение именно с этим сверстником. И чем отрицательнее вы отнесетесь к выбору вашего ребенка, тем категоричнее будет он это право отстаивать.

Он не потерпит никаких обсуждений и комментариев по поводу не только недостатков, но иногда и достоинств друга. Впрочем, вспомните себя: как часто вы позволяете своему ребенку обсуждать ваших друзей? Так что, возможно, ваш ребенок прав?

Именно идеализация и юношеский максимализм накладывают отпечаток парадоксальности на дружеские отношения.

С одной стороны, потребность в единственном преданном друге, с другой — частая смена друзей.

Дружат чаще всего с подростком того же пола, социального статуса, таких же способностей (правда, иногда друзья подбираются по контрасту, как бы в дополнение к своим недостающим чертам).

Дружба носит избирательный характер, и подростки очень оберегают эти отношения. Но подростковому возрасту свойственен максимализм. Они все видят очень контрастно, их суждения бывают излишне резки и категоричны. Они не утруждают себя нюансами. Вот почему так часто из их уст звучит слово ИЗМЕНА, которая не прощается. А под

изменой может подразумеваться все что угодно, вплоть до **Он не позвонил мне вовремя, значит, изменил нашей дружбе.**

У каждого ребенка свое представление о том, каким должен быть друг (чаще всего это внешнее, поверхностное видение). И если реальное поведение хоть в чем-то уступает идеалу, то этот сверстник быстро переходит в другой лагерь, не друзей.

Подростку очень важно быть успешным, утвердиться в среде сверстников. Поэтому немалую роль в формировании личности подростка играет **РЕФЕРЕНТНАЯ ГРУППА** - значимая для подростка группа, чьи взгляды он принимает. Это может быть и дворовая компания, и класс, и друзья по кружку, и дети соседей по лестничной площадке. Вот когда родителям надо быть особенно внимательными, ведь такая группа является в глазах ребенка большим авторитетом, чем сами родители, и может влиять на его поведение и отношения с другими. Именно к мнению членов этой группы подросток будет прислушиваться, именно в ней будет пытаться утвердиться.

Почему подростки так стремятся в группы? При всей их индивидуальности и желании утвердить себя подросткам требуется чувствовать рядом плечо, быть кому-то нужными. Групповое МЫ делает их сильнее, поддерживает их внутренние позиции, но иногда и подталкивает к необдуманным поступкам. Ведь никому из подростков не хочется остаться одному, а группа - это сила, это друзья.

И чтобы подчеркнуть свою принадлежность, причастность к определенной компании, ее члены начинают носить одежду одного вида (стиля), вырабатывают свою систему тайных знаков, включают в свою речь определенные сленговые слова.

Это подчеркивает малую дистанцию между членами группы, их близкие отношения. Самое трудное в отрочестве - чувство ненужности. Оставшись один, подросток начинает комплексовать, испытывать тревогу и растерянность. Такая потребность в группе, чувстве мы выражает страх перед одиночеством.

Группы часто возникают стихийно. И в зависимости от воспитания и уровня развития каждая такая группа формирует свой **кодекс чести**, которого будут придерживаться все члены группы. И конечно, эти нормы и правила в целом будут списаны с отношений взрослых, но более идеализироваться. Высоко ценятся **честность, верность, долг, помощь и поддержка**. Не прощаются **предательство, нарушение данного слова, измена, жадность, эгоизм**.

Контроль за соблюдением кодекса будет осуществляться всеми членами группы, и в максималистских формах. Если с точки зрения других из группы подросток бросил, предал, его могут избить, объявить бойкот или подвергнуть гонениям.

Подростки особенно ценят тех, кто имеет свое мнение и умеет его отстаивать (пусть даже кулаками), а непохожим белым воронам приходится в таких компаниях трудно. Мир четко делится на своих и чужих.

К 11-12 годам к нашим детям приходит **первая любовь**. Это новый взрослый способ взаимодействия с противоположным полом.

Конечно, любовь в этом возрасте менее устойчива, чем юношеская, и больше похожа на увлечение. Вожатые летних лагерей, наверное, неоднократно отмечали одну особенность подростковой влюбчивости.

Например, в начале смены мальчик влюблен в одну девочку, в середине ревнует другую, а в конце смены обменивается телефонами с третьей. И ведь каждая из привязанностей имеет вполне серьезные намерения, в которые сам мальчик (и девочка) искренне верит. Но на самом деле не все так просто.

Появившееся чувство взрослости, интенсивное развитие тела, повышенный гормональный фон - все это способствует изменению отношений между мальчиками и девочками.

Пропадает непосредственный интерес общения.  
Они начинают воспринимать друг друга как представителей разных полов.

Начинается процесс идентификации со взрослым — бессознательный перенос на себя чувств и качеств, присущих другому человеку и желательных для себя.

Мальчик начинает чувствовать себя мужчиной, девочка - женщиной. Прическа, особенности внешности, манера держаться — все это дает сведения о том, какой я как мужчина (или я как женщина).

Именно поэтому для подростка в это время на первый план выходит собственная внешность. Личная привлекательность начинает играть первостепенную роль в глазах сверстников.

А вот ответ на свой вопрос Как должны выглядеть настоящие мужчины и женщины? подросток зачастую находит в тех программах, которые смотрит. Образы актеров и эстрадных певцов становятся объектом подражания.

И вот тут опять вспомним о физическом развитии ребенка. Ведь именно диспропорции в развитии между мальчиками и девочками могут послужить источником многих переживаний.

В физическом развитии девочки опережают мальчиков. Поэтому на их фоне мальчики выглядят меньше и как бы мельче. Все это может вызывать чувство неполноценности у подростка (особенно отличают других по росту, полноте). И в этом случае ему бывает так необходима поддержка близких взрослых!

Возникающий интерес к противоположному полу сначала принимает странные, неадекватные формы. Так, появившееся явное или неосознанное желание иметь взрослые отношения мальчика с девочкой может выразиться в прямо противоположном поведении. Примером этому является проявление подростками нежности к девочкам. С одной стороны, такое поведение подвергается насмешкам. В то же время общаться с предметом любви, как раньше, уже не получается.

Именно поэтому любовь и нежность подростка трансформируются в поведение, внешне противоположное влюбленности - типа дергания за косички. Но это и есть форма привлечения к себе внимания.

И девочки обычно это осознают и не обижаются, а в свою очередь демонстрируют свое внимание - игнорированием объекта привязанности. Вот такой парадокс. Ведь легче общаться с кем-нибудь другим, чем с тем, в кого влюблен. Из-за этого объект любви часто вообще разделяется: например, одну девочку любят идеально (на нее смотрят, вздыхают, но не осмеливаются подойти), а проявляют отношения (гуляют) с другой.

Постепенно исчезает непосредственность общения, появляется скованность либо стеснительность при общении с противоположным полом.

Подростки начинают испытывать напряженность от ощущения влюбленности. Это дает еще большую внешнюю изолированность в отношениях между мальчиками и девочками.

И теперь о предмете своей влюбленности девочки говорят на ухо подруге (реже — группе сверстниц), тайно вздыхают. А мальчики как бы случайно оказываются рядом с понравившейся девочкой на дополнительных занятиях.

Редко когда в этом возрасте (11-13 лет) открыто выражают свои симпатии. Ведь надо суметь и преодолеть свою скованность, и противостоять насмешкам со стороны сверстников. А это сложно.

Поэтому общение становится больше однополое: мальчики с мальчиками, девочки с девочками. Даже в командных мероприятиях или играх типа ручеек предпочитают выбирать, что называется, своих.



Помогите подростку осознать свои чувства. Подскажите сыну (дочери) ту форму взаимоотношений с предметом его увлечения, которая будет наиболее приемлема в данной ситуации.

Старшие подростки (14—15 лет) общаются между собой более открыто. В их круг общения включены приятели обоих полов, и отсутствие взаимности приводит к сильным негативным эмоциям.

Общение со сверстниками противоположного пола бывает очень интенсивным, и ему придается большое значение. Именно такая привязанность волнует родителей. Многие мамы-папы знают, что предмет страсти может сбить их дорогого ребенка с правильной дороги. Ведь ради любимого подростки совершают невероятные глупости, о которых потом долго жалеют. Поэтому родители и возмущаются начавшимися свиданиями дочерей, их поздними возвращениями домой.

В этот период любимый человек становится для наших детей главным в жизни, а значит, самым умным решением будет познакомиться с предметом страсти вашего ребенка, узнать его как личность.

Тогда вы сможете решить, надо ли влиять на развитие их отношений. И если да, то будете знать, как это сделать. Пусть их отношения развиваются у вас на глазах. Так спокойнее. И вы всегда будете в курсе дела и сможете вовремя поддержать ребенка и помочь советом.

Для подростка же первоначальный интерес к другому, стремление к пониманию сверстника, поиск взаимных компромиссов является началом развития умения принимать людей вообще.

Со временем подросток выделяет в других все больше личностных качеств и переживаний. Это развивает в нем способность оценивать как других, так и самого себя.

Общение со сверстником противоположного пола является непосредственной причиной для оценки своих переживаний. Следовательно, происходит накопление личного опыта.

В этих отношениях подростки очень ранимы. Они нередко сравнивают или отождествляют себя с героями фильмов, литературных произведений.

Часто в мечтах строят отношения с другими по определенному идеальному сценарию, в котором сбываются надежды. Эти мечты помогают им принимать решения в фантазиях, проигрывать их, а потом переносить в реальную жизнь. Именно в эту пору многие подростки пишут дневники, стихи, в которых отражают свои переживания.

Стремление нравиться становится одним из самых важных стремлений подростка. Особое значение придается взглядам, улыбкам.

Взаимные переглядки на уроках уже ко многому обязывают — это признак принадлежности предмету привязанности. Потом, на переменках, девочки с гордостью говорят друг другу: Ты видела, КАК он на меня смотрит!

Эти взгляды будоражат фантазию подростков, побуждают к ответному поведению в том же духе. Если же ответных взглядов нет, то можно услышать отчаянное: Он меня не любит! Что мне делать?

Особую цену приобретают прикосновения. Руками изучают, говорят, информируют. Руками выражают всю внутреннюю напряженность души и тела.

Эти прикосновения запомнятся на всю последующую жизнь. Поэтому очень важно одухотворить отроческие отношения, не принизить их, не опошлить.

Для подростка эти отношения очень серьезны! Помните? **Максимализм и идеализация.** А значит, любовь - единственная, серьезная и на всю жизнь!



И первые разочарования бывают настолько сильными и действительно неожиданными для ребенка, что он иногда не в силах справиться с нахлынувшими на него чувствами и болью.

И тогда рядом должен быть друг. Лучше всего взрослый — родитель или значимый для ребенка человек. Он сможет поддержать, объяснить, утешить. Если рядом такого человека не окажется, то горе может настолько сильно захлестнуть, что подросток (а ведь, в сущности, он еще ребенок!) не сможет сам справиться с потоком эмоций. И тогда может случиться непоправимое.

Достаточно большое число суицидов в этом возрасте подростки совершают из-за несчастной любви или чувства одиночества... В этом возрасте подростки очень ранимы и при всей своей взрослости испытывают потребность поделиться переживаниями, рассказать о событиях своей жизни именно родителям, в чьей поддержке они по-прежнему нуждаются. Но самим им трудно начать столь близкое общение.

Постарайтесь сохранить доверительные отношения с вашим ребенком, будьте ему другом. Поддержите его в трудную минуту, не осуждая и не читая нотации. Просто будьте рядом и первыми пойдите на контакт.

Одни подростки бурно и открыто переживают свои отношения с противоположным полом. Зачастую именно эта экспрессивность и помогает им пережить разочарование. Другие подростки не переживают столь открыто и сильно. Но и они мечтают о прекрасном принце (принцессе), а когда начинают симпатизировать кому-нибудь из сверстников, то не выражают это при всех.

Они лишь тайно подглядывают за предметом страсти в те моменты, когда им кажется, что их никто не видит. Но и их любовь такая же краткая. А иногда подросток больше, чем реального человека, любит свою мечту о другом, свои фантазии.

Но как бы то ни было, эти первые чувства зачастую оказывают такое сильное воздействие на душу подростка, что воспоминания о них некоторые проносят через всю жизнь, ища отголоски этих переживаний во взрослой жизни...

### **Что нужно помнить об особенностях общения подростка со сверстниками?**

- Общение со сверстниками имеет особое значение в жизни подростка: для него это школа социальных отношений и способ познать себя и других. Помогите ему сориентироваться в мире ценностей.
- Ребенок имеет право на свою личную жизнь, тайны, выбор друзей. Взаимодействуя друг с другом, подростки учатся рефлексии, то есть самоанализу. Поэтому не просите подростка постоянно отчитываться, что он делал, с кем гулял, о чем разговаривал. И помните: он имеет право на уединение, закрывшись в своей комнате.
- Особую роль в формировании личности подростка играет референтная группа, его компания. Именно через нее можно будет косвенно влиять на подростка. Появившийся сленг и особенности стиля одежды просто являются атрибутами принадлежности к определенной группе. Примите эти изменения внешности своего ребенка, даже если они вам не по душе. Для него это важно — выглядеть не хуже других.
- Отнеситесь внимательно к кодексу чести. Пусть с вашей точки зрения он не так уж справедлив и очень категоричен. Но именно по этим законам будет жить ваш ребенок. Постарайтесь не ставить подростка в такие условия, когда ему придется его нарушать. Ведь спокойствие ребенка и его самоутверждение в среде сверстников в большой степени зависят от соблюдения этих норм.

- Подростки очень ранимы, и они по-прежнему нуждаются в вашей поддержке и помощи — просто иногда им не хватает смелости и умения ее попросить. Если вы замечаете, что с вашим ребенком что-то творится, постарайтесь сами первыми разговаривать с ним. Но если он дает понять, что хочет решить проблему сам, не настаивайте на своей помощи. Он учится самостоятельности.
- Знакомьтесь с его друзьями. Пусть ваш дом будет открыт для друзей вашего ребенка. Если вы будете в курсе интересов подростка, то сможете вовремя прийти ему на помощь, дать совет, поддержать. К тому же, имея возможность общаться с друзьями у себя дома, ребенок вряд ли попадет под влияние улицы.
- Примите всерьез первые увлечения вашего ребенка. Конечно, они редко вырастают в серьезную привязанность или любовь, но для ребенка это первые и важные переживания, справиться с которыми в одиночку он порой не в состоянии. Не ругайте его и не говорите, что все это ерунда и скоро пройдет. Помогите подростку разобраться в своих чувствах: он нуждается в нашем опыте.