**Родителям подростков следует знать**

Воспитание подростка – очень сложная задача. В этом возрасте дети, с одной стороны, уже перестали быть зависимыми от вас малышами, а с другой – еще не превратились во взрослых молодых людей. Эта переходная фаза приносит проблемы как родителям, так и самим подросткам. Тем не менее с помощью терпения и небольшого количества полезных советов, изложенных ниже, вы сможете преодолеть этот период жизни ребенка и превратить вашего подростка в уверенного молодого человека.

**Будьте не родителем, а другом**

Время баловать ребенка прошло! Будьте больше другом, чем родителем. На этом этапе очень важно, чтобы ваш ребенок осознал, что вы любите его и заботитесь о нем. Вместо того чтобы делать выговоры за ошибки, продемонстрируйте подростку, что вы понимаете ситуацию и всегда готовы его поддержать. Это один из лучших советов о воспитании подростков, который вам стоит принять.

**Уважайте личное пространство подростка**

Секреты составляют большую часть жизни подростка. Как родителю вам необходимо знать все тайны жизни вашего ребенка, но иногда ему необходимо предоставлять личное пространство и избегать вмешательства в его мир. Пусть ваш ребенок приходит к вам тогда, когда он/она действительно нуждается в вас.

**Подготовьте себя к особенностям подросткового периода**

Подросток это уже не ребенок, поэтому нужно в определенной степени готовить себя к его воспитанию. Читайте книги или вспоминайте свои подростковые годы и то, как вы справлялись с переменами в вашей жизни. Чем больше вы узнаете, изучите и проявите эмпатии, тем лучше сможете понять вашего подростка и его проблемы.

**Дисциплинируйте, а не наказывайте**

Когда вы пытаетесь установить определенные стандарты поведения подростка, не будьте навязчивым. Обсудите с ребенком дисциплинарные моменты и примите во внимание его мнение. Объясните, почему необходимо установить правила дисциплины и какую пользу они принесут ему. Очень важно дать подростку возможность выразить свою точку зрения перед установлением любых дисциплинарных правил.

**Прививайте чувство ответственности**

В некоторых культурах подросток считается уже взрослым. Это подходящее время, чтобы укрепить его чувство ответственности. Попробуйте возложить на подростка больше домашних обязанностей, а также предоставьте ему возможность самому справляться с ними. Это должно вселить в подростка чувство ответственности и уверенности в себе.

**Найдите время для регулярного доверительного общения с подростком**

Подростки, как известно, народ крайне необщительный, поэтому родители просто обязаны обеспечить регулярное общение с ребенком. Независимо от напряженного рабочего графика и делового образа жизни, родители должны находить время свободно общаться со своими детьми и сопереживать их жизненным перипетиям. Это может быть любое время: во время завтрака, днем или вечером за ужином.

**Действуйте превентивно, с учетом прогноза развития событий**

Ищите подходящее время, чтобы поговорить с вашим ребенком о важных для него вопросах, которые он часто не в состоянии задать или просто стесняется сделать это. Это может быть безобидный разговор о музыкальных предпочтениях или серьезное обсуждение таких тем, как период полового созревания или интимная жизнь. Старайтесь четко отвечать на вопросы подростка, не пытайтесь уклониться или давать расплывчатые ответы.

**Будьте сознательными и осторожными**

Необходимо предоставить подростку личное пространство, но в то же время важно взять за правило узнавать (незаметно узнавать) о тех местах, которые он посещает, и о его компании. Это не означает, что вы должны шпионить за подростком и подслушивать его разговоры. Вы должны быть открытым к общению, чтобы ребенок не боялся обращаться к вам.

**Будьте сострадательными и сочувствующими**

Перед тем как сурово отчитать подростка, постарайтесь поставить себя на его место. Будьте благоразумными, придерживайтесь правил и дисциплины. Важно быть приветливым, терпеливым и понимающим. Пытаясь дисциплинировать подростка, никогда не применяйте силу и не наносите физический вред его здоровью. Исследования доказали, что злые и обиженные подростки, как правило, вырастают неполноценными и даже жестокими взрослыми.

**Будьте достойны подражания**

Даже в подростковом возрасте дети подражают родителям, просто потому, что родители – это единственная константа в их изменяющемся мире. Если существует разрыв между тем, что вы говорите, и тем, что вы делаете, подросток легко определит фальшь. Поэтому всегда старайтесь быть примером для подражания – тем, кого подросток с радостью копирует.

.