

# КАК РОДИТЕЛЯМ УБЕРЕЧЬ ПОДРОСТКА ОТ ОПАСНОГО УВЛЕЧЕНИЯ?

## 1 СОГЛАШАЙТЕСЬ С БЕСПОКОЙСТВОМ И НЕДОВОЛЬСТВОМ ПОДРОСТКА. ПРОЯВЛЯЙТЕ ТЕРПИМОСТЬ

Это возраст, полный противоречий и беспокойства. Для ребят характерны эмоциональные вспышки, личная активность, стремление к самостоятельности, самоутверждению в глазах окружающих. Начинает проявляться противоположное состояние: конфликт с собой. Подросток зачастую имеет болезненное самомнение, порою беспечное отношение к своей жизни. Проблемы кажутся катастрофическими, они проявляются весьма эмоционально.

## 2 ИЗБЕГАЙТЕ ПОПЫТОК КАЗАТЬСЯ СЛИШКОМ ПОНИМАЮЩИМ

Необходимо воздерживаться от таких частых высказываний, как «Я отлично понимаю, что ты чувствуешь». Подростки уверены, что они неповторимы и уникальны. Их чувства – даже для них самих что-то новое, личное. Они видят себя как сложных и таинственных существ. И они искренне огорчаются, когда в глазах других их переживания выглядят простыми и наивными.

## 3 ОДОБРЯЙТЕ ПОДРОСТКА И ПОДДЕРЖИВАЙТЕ ЕГО СИЛЬНЫЕ СТОРОНЫ

Ограничьте комментарии, которые относятся к отрицательным сторонам характера подростка. Напоминание о недостатках может сильно затормозить общение подростка с родителем. Задача родителя – создать такие отношения и предоставить подростку такой жизненный опыт, которые будут укреплять характер и создавать личность.

## 4 ОТНОСИТЕСЬ К ПОДРОСТКУ КАК К САМОСТОЯТЕЛЬНОМУ И ВЗРОСЛОМУ ЧЕЛОВЕКУ

Достижение подростком самостоятельности происходит в процессе индивидуализации, когда он занимается формированием собственной индивидуальности и в то же время устанавливает новые связи с родителями. Подросток пытается изменить отношения с родителями, стремясь при этом сохранить прежнее общение, привязанность и доверие. Чтобы проявить собственную индивидуальность, подростки ориентируются на иную, чем у родителей, систему ценностей, ставят перед собой иные цели, иные интересы и иные точки зрения.

## 5 ПОМОГАЙТЕ ПОДРОСТКУ САМОСТОЯТЕЛЬНО МЫСЛИТЬ

Не усиливать зависимость от родителей. Говорить языком, который поможет развить независимость: «Это твой выбор», «Сам реши этот вопрос», «Ты можешь отвечать за это», «Это твое решение». Родители должны подводить детей к самостоятельному принятию решений и учить сомневаться в правильности мнений ровесников.

## 6 ДОВЕРЯЙТЕ СВОЕМУ РЕБЕНКУ

Недоверие к детям, как правило, свидетельствует о том, что родители проецируют на них свои собственные страхи, тревоги или чувство вины. Неуверенные в себе родители больше других склонны бояться за своих детей.