

## 13 ошибок родителей, которые закрывают для них путь к сердцу подростка

Подростковый возраст — трудное время не только для детей, но и для родителей. В это время мамы и папы часто понимают, что те правила, по которым они общались с детьми, уже не действуют, что нужно что-то менять. Давайте рассмотрим самые частые ошибки в общении с подростками.

### 13. Настаиваете на откровенности



Многим родителям сложно принять, что взрослеющий ребёнок допускает их не во все сферы своей жизни. Часто они начинают требовать большей откровенности от ребёнка. Но подростку

крайне важно чувствовать свою самостоятельность, опираться на собственное мнение. Чем больше он ощущает давление на себя, обиду со стороны родных, тем сильнее начинает закрываться и защищать свое личное пространство: уходит от откровенности, начинает обманывать.

## 12. Нарушаете личное пространство

Порой из самых благих побуждений родители начинают проверять карманы, сумку, переписку подростка. Делая так, мы не только проявляем неуважение к ребёнку, но и обесцениваем его личное пространство, а ведь он еще только начинает пробовать обращаться с ним.

Это сильно подрывает его доверие как к родителям, так и к самому себе. Стоит приложить усилия, чтобы контроль стал результатом открытой и честной договоренности между вами и ребёнком.

## 11. Игнорируете мнение подростка

Когда родители не интересуются мнением подростка, не принимают его в расчет — он чувствует, что его мнение для родителей не важно, и делает выводы, что его не любят и не уважают.



Такое поведение может спровоцировать в ребёнке агрессию. Возможен и второй вариант: ребёнок сдастся в ответ на вашу настойчивость и однажды может просто потерять желание принимать решения самостоятельно.

## 10. Предъявляете размытые требования



Конечно, на уровне здравого смысла ребёнок поймет вас, но реализовать требование ему бывает очень сложно, поскольку критерии довольно размыты.

Со временем это может привести к большому расхождению во мнениях

между вами: ребёнок будет считать, что уже соответствует предъявленным требованиям в полной мере, а вы — что всегда есть к чему стремиться. Чтобы избежать этого, стоит точно представлять, чего вы хотите, и научиться так же точно говорить об этом подростку.

## 9. Обесценивание его чувств

Родителям часто кажется, что дети излишне драматизируют события. Но если ребёнок регулярно не получает поддержку со стороны близких, он чувствует себя отвергнутым и закрывается еще сильнее. Либо начинает протестовать против родителей и вести себя агрессивно.

Старайтесь воспринимать всерьез все то, что происходит с ребёнком, уважайте его чувства, цените его доверие. Дайте ему знать, что он понят и принят, что его чувства для вас очень важны.

## 8. Не всегда последовательны



Порой, чтобы ребёнок выполнил требования, родители прибегают к заранее невыполнимым обещаниям или угрозам. Но, когда желаемая цель достигнута, забывают о своих словах или просто не спешат их выполнять.

Но стоит помнить: подростки очень щепетильно относятся к выполнению обещаний взрослых. Если раз за разом близкие будут говорить пустые слова — ребёнок перестанет верить им. Так родители могут потерять авторитет в глазах подростка.

## 7. Слишком много (и часто) учите его жизни

Не стоит превращать свою родительскую власть в диктат. В противном случае это просто может привести либо к жесткому отпору и агрессии со стороны подростка, либо вы просто рискуете сломать его целостность как личности и самооценку.

Родителям подростков стоит стремиться к разумным компромиссам. Принимать решения совместно с ребёнком, идти на уступки, которые позволят ему сохранить свое лицо. Стоит учиться видеть в ребёнке прежде всего личность, которую нужно уважать.



## 6. Живете его жизнью



Когда вся жизнь родителей построена только вокруг ребёнка, растворена в нём — это уже явный перебор.

Дети, перенимая отношение родителей к самим себе, могут начать так же пренебрежительно относиться к ним.

Родителям стоит уделять время собственным интересам, находить время для отдыха. Без этого крайне сложно выстроить правильные отношения с ребёнком, а ему — сложно гордиться своими родителями и ценить их.

## 5. Не интересуетесь его жизнью

Не зная того, чем живет ребенок, что его интересует, невозможно построить с ним доверительные отношения, которые так важны в подростковом возрасте.

Если вы попытаетесь больше узнать о том, что происходит в жизни ребёнка, о его увлечениях и покажете свою осведомленность, то заслужите его расположение, вам будет о чем с ним (с ней) поговорить.

## 4. Постоянно критикуете



Часто родители считают, что хвалить нужно только за отличные оценки. Подростки очень нуждаются в одобрении во всех своих делах. Ребёнку это придает силы двигаться дальше, помогает легче переживать неудачи.

Здоровую критику при этом никто не отменяет. Но всегда стоит сдерживать эмоции и помнить, какую цель вы при этом ставите: наказать ребёнка? Выразить свое отношение к поступку? Помочь ему осознать свою неправоту? Или решить вместе с ним сложившуюся ситуацию?

## 3. Ближко не знакомы с его (её) друзьями

Родителям будет не лишним познакомиться с ближайшим кругом общения своих детей. Для этого бывает достаточно просто почаще приглашать их в гости на чашечку чая с пирогом.

Это не только укрепит ваши отношения, но и поможет быть спокойными за собственного ребёнка. Если вас очень настораживает кто-то из друзей подростка, вы сможете деликатно обсудить это с ним. Полагаясь на ваше мнение, он и сам сделает вывод по поводу своего товарища.

## 2. Не проявляете к нему (ней) уважения



Конечно, порой ребёнок становится виновником ситуаций, в которых сложно сохранять терпение. Но думать, что произнесенные повышенным тоном аргументы станут весомей, - явное заблуждение.

Для него они будут означать **ваш срыв и его правоту**.

Если ситуация будет повторяться — подросток просто перестанет обращать на вас внимание, перестанет вас уважать. Что превратится в конце концов в замкнутый водоворот.

### 1. Проводите мало времени вместе

Это только на первый взгляд кажется, что подростки совсем уже большие и не нуждаются в родительском внимании и ласке. Даже если у вас совсем мало времени - пусть **качество** заменит **количество**. В будни достаточно проводить вместе по полчаса — часу, но без отвлечений на свои дела, а выходные можно посвятить совместному походу, просмотру фильма или играм.

Если же совместная жизнь родителей и подростка сводится только к формальному общению, он может начать чувствовать себя ненужным, незащищенным, ощущать безнадежность, иметь слабую самооценку... искать других собеседников, тех, с кем интереснее.