**Трудности в общении с ребенком-подростком?**

Когда в семье существуют четкие правила, то улучшаются взаимоотношения и уменьшается стресс. Чем четче и яснее эти правила, тем легче достичь взаимопонимания.

***ТРУДНОСТЬ***

Вы установили правило для семьи — в 9 вечера выключать сотовые телефоны. И вот уже второй раз на неделе вы застали дочь за отправлением СМС-ок после полуночи. Вы велели сыну возвращаться домой не позже 10 вечера. Но вот он снова пришел после 11-ти.

Конечно, вашему ребенку *не мешало бы*вести себя лучше. Но прежде разберитесь, почему он порой пренебрегает вашими правилами. Возможно, вы увидите, что он, по сути, не такой уж злостный бунтарь.

***ПРИЧИНА***

**Нечетко оговорены правила.**Некоторые подростки игнорируют родительские правила, проверяя сойдет ли им это с рук. Например, если родители сказали, что какой-то поступок ребенка повлечет за собой наказание, он захочет испытать, как далеко можно зайти в непослушании. Что это — злостное неповиновение? Не обязательно. Замечено, что подростки склонны нарушать правила, если родители не всегда приводят свои слова в исполнение или когда границы правил нечетко определены.

**Непреклонность.**Некоторые родители пытаются держать ребенка в подчинении с помощью многочисленных правил. Когда ребенок их нарушает, родитель сердится и устанавливает *еще больше*правил. И часто положение лишь усугубляется. В одной книге сказано: «Чем больше вы стараетесь подчинить себе подростка, тем больше он этому противится. [...] ...Такой подход можно сравнить с попытками намазать холодное масло на мягкий хлеб: хлеб будет лишь крошиться. И проблема не решится, если мазать еще сильнее» (Parent/Teen Breakthrough).

Важную роль играет правильное наставление. В отличие от наказания, цель которого заставить ребенка страдать, наставление главным образом означает учить. Как научить подростка слушаться ваших правил?

***ЧТО МОЖНО ПРЕДПРИНЯТЬ***

**Сделайте правила ясными.**Подросткам нужно точно знать, что от них ожидается и что последует за непослушанием. *(«…что посеет человек, то и пожнет»)*

Совет: запишите ваши семейные правила. Затем спросите себя: «Может, их слишком много? Или слишком мало? Вдруг некоторые больше не нужны? Надо ли что-то поменять в зависимости от того, насколько ответственным показал себя ребенок?»

**Будьте последовательны.**Подростки могут быть в замешательстве, если вчера они остались безнаказанными, а сегодня за подобный проступок им пришлось отвечать. *(«Пусть ваше слово «да» означает «да»…*.*)*

Совет: постарайтесь, чтобы исправительная мера была связана с самим проступком. Например, если подросток пришел вечером позже положенного времени, родители отныне велят ему возвращаться домой *еще раньше*.

**Будьте благоразумны.**Покажите, что вы готовы проявить гибкость, давая сыну или дочери больше свободы, если они того заслуживают. *(«Пусть ваше благоразумие будет известно всем людям…».)*

Совет: сядьте и обсудите со своим ребенком семейные правила. Можно даже спросить его, что, по его мнению, должен повлечь за собой тот или иной проступок. Подростки гораздо с большей готовностью следуют правилам, в формулировке которых они участвовали сами.

**Формируйте личность.**Ваша цель не просто заставить ребенка подчиняться правилам, а помочь ему развить чуткую совесть — внутреннее сознание добра и зла.

****

# 

РАЗВИВАЙТЕ В РЕБЕНКЕ ДОБРОЕ

Помогите своему ребенку подумать о том, какие черты характера он хочет развить, чтобы приобрести добрую репутацию. Когда молодые люди сталкиваются с трудностями, они могут учиться принимать мудрые решения, задавая себе следующие вопросы:

Каким человеком я хочу быть?

Какую репутацию я хочу приобрести?

Какие качества я хочу в себе развить?

Как поступил бы в этой ситуации человек, обладающий хорошими качествами?