

Жизнь в семье с подростком  
похожа на парный танец  
со сменой ролей.  
Вы выступаете то в роли  
ведущего, то в роли ведомого.  
Причем роли эти—не маски  
(главное—ничего не «играть»),  
а реальная готовность  
родителя адаптироваться  
к постоянно меняющимся  
ситуации и настроению,  
гибкая позиция по отношению  
к мнениям и взглядам  
собственного ребенка и



уважение  
к другой  
отдельной  
личности.

*Когда Вы перестаёте понимать  
своего ребенка,  
Найдите в себе силы исправить это  
сами!*

**Ваше желание  
плюс  
опыт специалистов Службы –  
вот решение возникших  
трудностей!**

**Квалифицированную помощь  
и поддержку  
опекунам (попечителям) готовы  
оказать специалисты  
Службы сопровождения опекунов  
(попечителей) несовершеннолетних  
лиц:**

- Педагоги—психологи
- Учитель—логопед
- Социальный педагог
- Юрист

**МОУ Центр «Гармония»**  
Адрес: Ярославская область, г. Углич,  
ул. Зины Золотовой, д. 42  
Тел/факс: 8(48532) 5-05-11, 8(48532) 5-31-29  
E-mail: [garmoniy.uglich@mail.ru](mailto:garmoniy.uglich@mail.ru)  
Сайт: <http://garmoniya.edu-uglich.ru/>

Составитель: Замяткина И.М.  
Дизайн и компьютерная вёрстка: Замяткина И.М.



# Как стать идеальным родителем подростка



Углич  
2014

! Вам придется признать, что период «непререкаемого авторитета родителей» больше никогда не вернется, поэтому **перестаньте командовать и руководить**. Попытайтесь заново «заслужить» былой авторитет, руководствуясь тем, что ребенок больше не верит абстрактным словам и декларациям, он анализирует ваши действия, стратегии, статус.

! **Попробуйте** не только слушать ребенка, но и **наблюдать за его реакциями**. Подчас его поза, мимика, жесты лучше говорят о его состоянии, чем привычный словесный подростковый протест. Задайте себе вопрос: «Почему он так неадекватно реагирует?». «Что я могу сделать, чтобы сгладить противостояние?»



! **Сохраняйте чувство юмора** и пытайтесь **передать ребенку хотя бы небольшую часть своего оптимизма**. Все происходящее с ним изменения, как физические, так и духовные, подросток воспринимает очень трагично. Не стоит шутить над эмоциями подростка, гораздо эффективнее иронизировать над самой ситуацией. Шутка поможет немного разрядить обстановку.

! **Старайтесь «фильтровать» информацию**, поступающую к вам из СМИ и литературы по проблемам подросткового возраста. далеко не все «ужастики», которые случаются с подростками, обязательно должны произойти с вашим ребенком.

! **Вспомните о тех семейных ценностях и традициях**, которые существуют в вашей семье. Проанализируйте, что из этого багажа стало общим для вас и вашего ребенка, а где происходит очевидный водораздел. Подумайте, не как рассказать и продекларировать, а как показать и убедить в преимуществах того или иного качества или свойства. Проанализируйте, что бы вы могли позаимствовать у ребенка, чему могли бы поучиться.

! Одно из главных стремлений подростка—стремление к самостоятельности. Но самостоятельность предполагает полную ответственность за себя и сильную—за жизнь семьи. Основная проблема в том, что подросток стремится к ответственности только там, где она ему выгодна. Ваша задача—**научиться делиться своей ответственностью с ним** и в других «маловыгодных» на первый взгляд областях, дать ребенку понять, что все, что происходит в его жизни и в жизни семьи, происходит теперь не только благодаря вам или по вашей вине, как это было в раннем детстве, но и благодаря или вопреки его действиям.

! К сожалению, вам не под силу вылепить скульптуру «идеального» ребенка, воплощающую все ваши устремления. Мечты, амбиции, из реального приемного сына или дочери. У него—совсем другое «идеальное Я». Ваша цель—**помогать ему меняться и взрослеть, исходя из его реальных устремлений и целей**.

! **Помогите ребенку сделать конкретные шаги к его целям**. Помогите ребенку поверить в свои силы и, если это необходимо, разработайте вместе с ним стратегию достижения результата. Помните, что ведущая роль в подобной работе и ответственность за нее принадлежит ему, вы—лишь способны поделиться собственным опытом по запросу ребенка.

! **Научите его не бояться собственных ошибок** и относиться к ним как к не самому приятному опыту для последующего анализа. Желательно показывать опыт «падения и взлетов» на примерах из собственной жизни и жизни других значимых для ребенка людей, а не на постоянном проговаривании и бесконечном «разборе его полетов»

! **Обратите внимание подростка на то, что лобому человеку свойственны внутренние противоречивость**, неоднозначность, конфликт желаний и мотивов поведения.