**Если в семье трудный подросток – что делать?**

Многие родители в определенный момент сталкиваются с совершенно новым для них явлением – их сын или дочка, которые еще вчера были такими милыми, послушными, понимающими, вдруг превратились в дерзких, грубых, неуправляемых людей с расшатанной психикой. Что происходит? В чем причина такого поведения?



Важно отметить, далеко не все дети, проходя пубертатный период, становятся «трудными». Очень многое зависит от выбранного стиля воспитания еще в самом раннем детстве, когда формировалось основание будущей личности. Важно также то, какие отношения складывались у чада с родителями.

Достаточно часто случается так, что трудными подростками становятся вчерашние послушные дети, на которых родители не могли нарадоваться. Давайте рассмотрим особенности поведения в подростковом периоде, которые характеризуют трудных подростков.

* Скрытность, замкнутость.
* Склонность к обману.
* Проявления бунта.
* Неуважительное отношение к родителям.
* Нежелание учиться.
* Перепады [настроения](https://sosed-domosed.ru/xoroshee-nastroenie-kazhdyj-den/).

Это далеко не все поведенческие характеристики для трудных подростков – их намного больше, так как каждый человек индивидуален. Но, в этом списке приведены наиболее распространенные особенности трудных подростков.

**Что же является причиной таких перемен**

Перемены в подростковом возрасте обусловлены тем внутренним процессом, который происходит в душе молодого человека или юноши. Это уже не ребенок, который целиком и полностью зависел от родителей, которые были главными авторитетами в жизни малыша.

Подросток – это уже взрослый человек, у которого просто нет опыта ответственности.

Молодые люди во всем стремятся становиться самостоятельными – это нормальное стремление, которое необходимо просто направлять. Человек устроен таким образом, что в определенный момент он в любом случае захочет самостоятельности, реализации своего потенциала – во всех жизненных сферах.

Но, старшеклассник не будет на это способен, если не пройдет определенный период подготовки. Подростковый период необходим для приобретения опыта, который в его завершении сформирует зрелую личность. Поэтому, очень важно чтобы этот опыт был положительным и имел только хорошее влияние на развивающуюся личность.

**Трудный подросток, что делать родителям?**

**Как себя вести родителям? Позволять делать ошибки!**

В любом возрасте каждый любящий родитель пытается прикрыть собой свое чадо от всяких бед, насколько возможно – обезопасить его жизнь. Но, это не всегда полезно, а особенно в подростковом возрасте.

Отрок просто обязан делать ошибки – иначе он будет иметь серьезные проблемы в будущем, когда наконец окажется без опеки родителей.

* Позвольте своему бунтарю, вступившему в период взросления, следовать собственным решениям, чтобы приобрести ценный опыт.
* Старайтесь оставаться в стороне, но при этом советуйте как сделать правильно.
* Не давите морально, не навязывайте собственное мнение, даже если вы уверенны в своей стопроцентной правоте.

И еще одна вещь, которой необходимо избегать – манипуляции. Не используйте манипуляцию в отношении своего бунтаря, если не хотите чтобы он вырос хитрым, лукавым,изворотливым.

Дети гораздо умнее, чем о них часто думают родители – учтите это.

Беспрепятственно делая ошибки, дочь или сын научится некоторым вещам, которые будут необходимы ему во взрослой жизни. Благодаря своим личным ошибкам подросток будет понимать следующие жизненно важные истины.

* Что каждое действие, слово или решение, влечет за собой последствия, которые никуда не исчезают.
* Последствия неправильного решения или действия неизбежны, в первую очередь они затрагивают человека, принимавшего это решение.
* Человек сам ответственен за свое будущее и настоящее самочувствие.
* Выбор есть у каждого человека, главное правильно им воспользоваться.
* Ошибка – это не катастрофа, после которой жизнь заканчивается. Это лишь повод сделать выводы.

Всему этому научиться можно только пройдя путем самостоятельных ошибок. Конечно же, в некоторых случаях необходимо проявить родительскую власть и силу, когда существует реальная угроза для жизни или здоровья молодого человека.



**Будьте терпеливы и снисходительны**

Воспитание трудного подростка – задача не из легких. Порой родителям сложно держать уздами собственные эмоции, собственно из-за чего и происходят многочисленные да бурные конфликты с подрастающим поколением.

Относитесь к своему старшекласснику с пониманием, уважением, даже если он ведет себя не так, как вам этого хочется, все равно не переставайте подавать пример достойного поведения.

Не срывайтесь на крик, не раздражайтесь, старайтесь не показывать свои негативные эмоции.

Не давайте им развития, если вы чувствуете, что что-то подобное зарождается внутри вас. Это только усугубит и без того проблемные отношения с трудным подростком.

Всякий раз, когда вам захочется «выпустить пар» останавливайте себя (с помощью дыхательных техник, медитации или простого стакана воды) и напоминайте себе, что этим вы только навредите сыну или дочери и вашим взаимоотношениям.

Относитесь к к дочери или сыну, как к больному (в некоторой степени так и есть) человеку, которому необходимо пройти через эту болезнь, дабы выработать иммунитет.

**Стиль воспитания трудного подростка**

Чтобы  избежать проблем в отношениях со своим отпрыском подросткового возраста, необходимо позаботиться заранее о создании крепких доверительных отношений в семье. С раннего детства важно показать дочери или сыну пример уважительного отношения к другим членам семьи.

Если этого не сделать в раннем детстве, то требовать от ребенка такого поведения в подростковом возрасте просто глупо. Сейчас начинают прорастать все «семена», которые вы «насеяли» в поле души вашего чада.

Но, не отчаивайтесь – даже если повырастает много «сорняков», еще есть шанс с ними справиться!

На ваши отношения с бунтарем существенно влияет выбранный вами стиль воспитания.

Существует множество педагогических техник, приемов, но мало какие из них работают на практике точно также, как они описаны на страницах учебника.

В воспитании ребенка важно лишь то, что работает на практике. Но, не смотря такое многообразие, все методики воспитания делятся на два основных стиля.

* ***Авторитарный.***

Родителями формируется система норм, запретов, поощрений и наказаний. Старшеклассник ДОЛЖЕН слушаться, а в противном случае его ждет наказание, суровость которого определяется тяжестью проступка.

Этот стиль воспитания достаточно травматичен для детской психики – он ломает индивидуальность, развивает многочисленные комплексы, хроническое чувство вины, отверженность. В этом случае система воспитания построена на страхе.

Поэтому, если вы хотите воспитать по-настоящему счастливого и успешного во всем человека, без комплексов и детских эмоциональных травм, рассмотрите следующий стиль воспитания, сделайте выбор в его пользу.

* ***Авторитетный.***

В этом случае стиль воспитания построен на взаимоуважении. С самого детства родители строят со своим ребенком уважительные дружеские отношения.

В данном случае родители считаются с мнением дочки или сына, объясняя, почему их мнение отличается. Послушание в авторитетном стиле исходит из личного желания ребенка, а не под воздействием страха наказания.

Благодаря авторитетному стилю, в подростковом возрасте можно сохранить контакт с ребенком, помочь ему пройти через этот непростой для него этап.



**Несколько практических советов родителям трудного подростка.**

1. Никогда и не при каких обстоятельствах не нарушайте личное пространство вашего ребенка – так вы можете потерять его доверие раз и навсегда.
2. Не позволяйте себе грубости, крик при разговоре с бунтарем – он ответит тем же и конфликт неизбежен.
3. Тем более не поднимайте на буяна руку – так вы потеряете его уважение. Бить детей – это крайняя глупость, которая ставит точку в добрых отношениях и взаимоуважении.
4. Почаще проявляйте свою любовь к старшекласснику, а особенно в те моменты, когда он ведет себя хуже, чем обычно – в эти минуты ощущение безусловной любви просто необходимо для предотвращения [депрессии](https://sosed-domosed.ru/chto-takoe-depressiya/).
5. Развивайте отношения с новой личностью. Пытайтесь заново [познакомиться](https://sosed-domosed.ru/kak-poznakomitsya-s-normalnym-muzhchinoj/) со своим интенсивно взрослеющим ребенком.
6. Принимайте старшеклассника таким, какой он есть. Более того – позвольте ему самовыражаться во всех сферах, чтобы и ему и вам легче было принять перемены, но не потерять взаимопонимание.
7. Интересуйтесь жизнью своего отпрыска наиболее глубоко в подростковый период – во-первых, чтобы держать руку на пульсе и не допустить ничего плохого, а во-вторых, чтобы быть ближе с ребенком, лучше понимать друг друга.

В некоторых случаях, когда родители не в состоянии справится с ситуацией, во имя благополучия ребенка необходимо обратиться за помощью к специалисту.

С посещением психолога могут возникнуть проблемы, так как редко какой трудный подросток, а особенно бунтарь, согласиться обратиться к специалисту. Поэтому, важно приложить все усилия, чтобы помочь ребенку самостоятельно справиться, не допуская до развития такой ситуации.

Будьте терпеливы и снисходительны, ваш трудный подросток совсем скоро превратится в отличного человека!