Рекомендации для родителей, способствующие поддержанию конструктивных отношений с детьми-подростками.

1. Сформируйте реалистичное представление о мире подростка. Обращайтесь к своему личному опыту подросткового периода.
2. Осознавайте свои границы как взрослого. Вы можете оказывать определенное влияние на поведение подростка, но оно никогда не абсолютно. Самоуважение подростка ,пожалуй, залог его социальной адекватности и жизненной успешности. Поэтому авторитарная власть и дисциплинированность должны уступать место заботе и поддержке, вниманию и терпимости.
3. Разведите в своем сознании потенциальные воображаемые страхи и тревогу за физическую безопасность ребенка и реальную угрозу, которая может возникать в его жизни.
Родительские страхи могут способствовать развитию социальной незрелости и возрастному регрессу и , таким образом, принести больше вреда, чем пользы.
4. Старайтесь быть искренними с ними в отношении своих чувств, желаний и ограничений. Разрешите себе быть неуверенными, сомневающимися и не всегда успешными. Они все равно прекрасно понимают и чувствуют, когда другие избегают каких-либо тем и не говорят правды.
5. Привыкайте к диалогу, а не к монологу. Объясняйте свои ожидания и побудительные мотивы. Предлагайте для обсуждения взаимные правила поведения и общения. Очень важно дать им возможность высказаться, что они думают по поводу установленных правил и последствий их нарушений.
6. Действуйте разумно относительно различных «экспериментирований» подростков. Ваше спокойствие и понимание будет способствовать осознанию причин этих поступков. Избегайте осуждения.