**Советы родителям подростков по укреплению ваших отношений**

Как справиться с подростком? Что же случилось с этим милым маленьким ребенком, который у вас был несколько лет назад? Подростки могут быть очень сложными, и это не должно быть удивительным, учитывая все перемены переходного возраста, с которыми им приходится сталкиваться. Вам придется быть очень терпеливым, чтобы справиться с ними.

 Даже несмотря на то, что вы когда-то сами были подростками и, возможно, были сложными для своих родителей, все еще от вас потребуется много усилий, чтобы понять, через что приходится проходить вашему ребенку. К вашей ответственности относится наладить связь между вами и вашим ребенком.

 Это всегда не просто, и вам придется очень постараться во время этих двух важных периодов в жизни ваших детей – юности и молодости. Вашим детям понадобятся все руководства и понимание, которые вы можете им предоставить. Общение и понимание, в течение сложных периодов, могут задать тон для жизненных решений, которые придется делать вашему ребенку.

 Ниже приведено несколько полезных советов, которые должны помочь родителям при воспитании подростков и налаживании связи с ними:

 1. Узнайте о том, что нравится вашему ребенку. Когда ваш подросток был ребенком, можно было с легкостью найти вещи, чем можно было бы заняться. Но, когда они стали подростками, вам придется приложить дополнительные усилия, чтобы узнать, что нравится вашим детям. Возможно, это будет непросто, но способность соотносить склонности и антипатии вашего ребенка является важной частью построения открытых и значимых отношений с ним.

 Помните, чтобы быть хорошим родителем, вам также нужно быть хорошим другом.

 2. Строгость – это не плохо. Многие подростки сопротивляются правилам и ограничениям. Они думают, что достаточно взрослые, что могут сами о себе позаботиться. Хотя это отчасти и так, подросткам все еще нужны ограничения. С новыми возможностями и желаниями они могут причинить себе значительный вред, если не будут сдерживать себя со всей ответственностью.

 Дайте понять вашему ребенку, что у него или у нее будет больше свободы, но при этом на них будет возложено больше ответственности. Свобода без ответственности бессмысленна.

Вам стоит помочь своему ребенку научиться составлять планы заранее. Вы не должны планировать за них; просто помогите направить их на принятие собственных правильных решений.

 3. Общайтесь ежедневно. Ежедневное общение является важным для поддержания открытости между вами. Ваш ребенок будет более расположен, доверять вам, если вы будете общаться с ним ежедневно. Доверие к кому-либо заключается в практике. Оно может быть построено только на многозначительных отношениях, которые упрощаются хорошим общением.

 Научитесь понимать мир, в котором живет ваш подросток, поставьте себя на его место, и вы сможете не только добиться их доверия, но и также сможете лучше понять их общее поведение.

 Ежедневное общение покажет вашему ребенку, что вы заботитесь о нем. Это очень важный фактор, так как подростки будут чувствовать себя более комфортно с родителями, которые активно вовлечены в их жизнь. При отсутствии вовлечения взрослого, подростки могут обратиться к ненадежным сверстникам за руководством или комфортом. Очень важно, чтобы родители подростков предоставляли им руководство и заботу, которая им требуется.