

**13 ошибок, которые допускают  
все родители подростков**

## 13. Настаиваете на откровенности



Ты должна  
мне сказать,  
что случилось!



Захочешь  
поговорить —  
я у себя



## **12. Нарушаете личное пространство**

**Порой из самых благих побуждений родители начинают проверять карманы, сумку, переписку подростка. Это сильно подрывает его доверие как к родителям, так и к самому себе.**

# 11. Игнорируете мнение подростка





# 10. Предъявляете размытые требования



## **9. Обесцениваете его чувства**

**Если ребенок регулярно не получает поддержку со стороны близких, он чувствует себя отвергнутым и закрывается еще сильнее. Либо начинает протестовать против родителей и вести себя агрессивно.**

## 8. Не всегда последовательны



## **7. Слишком много учите его жизни**

**Это просто может привести либо к жесткому отпору и агрессии со стороны ребенка, либо вы просто рискуете сломать его целостность и самооценку.**



## 6. Живете его жизнью



Экзамен сдаст,  
поступит, потом  
подготовим его  
к получению  
гранта за границей  
и поедем вместе



Ну а ты  
как?

Вернулись  
с мужем  
из отпуска.  
А сын у нас  
школу  
заканчивает  
в этом году



## **5. Не интересуетесь его жизнью**

**Не зная того, чем живет ребенок, что его интересует, невозможно построить с ним доверительные отношения, которые так важны в подростковом возрасте.**

## 4. Постоянно критикуете



Ужасно!  
Ты ничего еще  
лучше надеть  
не мог?



Джинсы классные,  
но в школу стоит  
надеть брюки



### **3. Близко не знакомы с их друзьями**

**Родителям будет не лишним  
познакомиться с ближайшим кругом  
общения своих детей. Это не только  
укрепит ваши отношения,  
но и поможет быть спокойными  
за собственного ребенка.**



## 2. Не проявляете к нему уважения



# **1. Проводите мало времени вместе**

**Если совместная жизнь  
родителей и подростка сводится  
только к формальному общению,  
он может начать чувствовать себя  
ненужным, незащищенным, ощущать  
безнадежность, иметь слабую  
самооценку.**

**11 волшебных фраз, которые  
должен слышать каждый  
ребенок**

# 1. Это большое счастье, что ты у меня есть





## 2. Я люблю тебя



# 3. Я замечаю и ценю твои успехи



Твои ровесники катаются быстрее тебя.



Сегодня ты катаешься гораздо быстрее, чем вчера!





## 4. Прости меня. Я сожалею



# 5. Не бойся отрицательных ЭМОЦИЙ





## 6. Смелый тот, кто умеет преодолевать свой страх



# 7. Прислушайся к себе — чем бы ты хотел сейчас заняться?





## 8. Помнишь, как ты справился с...



## 9. Ошибки — это нормально!





# 10. Что ты сейчас чувствуешь?



# 11. Ты сам сделал это!

