

7 rad pro rodiče dospívajících

1. Na tom co děláte záleží

Mnoho rodičů žije v mylné představě, že od té doby, co se jejich děti dostanou do puberty, už nemůžou nic dělat. Špatně. Studie jasně ukazují, že dobří rodiče dál pomáhají teenagerům s jejich problémy i se školou.

2. Nikdy jim nedáte dost lásky

S pochvalami se rozhodně nedržte zpátky. Nikde v žádné evidenci není, že by adolescenti byli poškozeni přemírou lásky svých rodičů - ovšem do té doby, než to uděláte před jejich kamarády.

3. Projevujte zájem

Mnoho rodičů se aktivně zajímalo o své ratolesti, když byly ještě malé a poté, co se dostaly do pubertálního věku, přestali. To je chyba. Je velmi důležité se o jejich život zajímat i teď, možná víc než kdykoliv před tím. Pomáhejte jim se školou. Poznávejte jejich přátele. Travte spolu čas.

4. Přizpůsobte své rodičovství

Spousta rodičovských strategií, které fungují v určitém věku, přestanou v jiné etapě vývoje dítěte fungovat. Jak děti stárnou, je třeba vše jim racionálně zdůvodňovat. Jestliže vaše otázky či odpovědi postrádají smysl, budou protestovat.

5. Určete hranice

Nejdůležitější věc, kterou děti od rodičů potřebují, je láska, ale na druhém místě jsou pravidla. I pubescenti potřebují pravidla a limity. Buďte neústupní, ale spravedliví. Pokud vaše děti prokáží více samostatnosti, postupně pravidla uvolňujte. Jestli se prokáže, že si toho dítě neváží, přitáhněte uzdu a znovu to zkuste opakovat za několik měsíců.

6. Podporujte jejich nezávislost

Rodiče často mylně zaměňují cestu puberťáka k nezávislosti s rebelií, neposlušností a nerespektováním autorit. Pro teenagery je zdravé snažit se dosáhnout autonomie. Dejte jim proto prostor, který potřebují, aby se naučili být samostatní a odolávat tak různým pokušením.

7. Vysvětľujte svá rozhodnutí

Dobří rodiče mají velká očekávání, ale aby vaše děti vše správně pochopily a neodmlouvaly, je nesmírně důležité vysvětlit vše jasně a zřetelně. Adolescenti jsou mistři ve zdůvodňování a tak už není místo pro větu: "Protože jsem to řekl."

