**ДЕВЯТЬ СОВЕТОВ КАК ОБЩАТЬСЯ СО СВОИМ ПОДРОСТКОМ**

Просто любите его

Вспомните, что это все тот же ваш сладкий малыш, плоть от плоти вашей. Любите его даже тогда, когда хочется бросить чем-нибудь тяжелым. Любите, даже когда кричите на него. Любите, когда хочется ненавидеть.

Не воспитывайте - он все равно будет похож на вас

Поздно читать нотации, когда ребенок уже вырос. Лучше займи­тесь своим развитием, прокачивайте профессионализм, стройте карьеру, делайте бизнес, учитесь влиять на людей. Если вы добье­тесь авторитета в обществе, может быть, и ваш подросток пове­рит в то, что вы авторитет.

Научитесь круто шутить

Все ваши разумные и серьезные объяснения разобьются о сте­ну неуважения и обесценивания. Пробить ее смогут только стеб и троллинг уровня крутого стендапа. Поэтому учитесь заворачи­вать свою родительскую мудрость в обложку сарказма.

Не навязывайте стереотипов из прошлого века

Вы не можете просчитать, как и на чем заработает деньги и сде­лает бизнес ваш подросток через 20 лет. Так что не навязывайте стереотипы из ХХ века тому, кто сможет жить в XXII веке.

Управляйте незаметно

Научитесь незаметному коучингу. Это значит задавать вопросы так, чтобы у подростка возникло свое решение и возникла моти­вация его реализовать. Если вы будете по старинке давать советы и давить авторитетом - получите только протест и отторжение.

Разделяйте границы

Подросток - это уже не малыш, а взрослый человек, пусть менее опытный, чем вы. Уважайте его личные границы, а также охраняй­те свои, чтобы умный отрок не манипулировал вами.

Признавайте его разумным человеком

Помните, как ваш подросток был малышом, ползал по квартире, все ломал и портил? Забыли? Так же точно вы забудете и этот подростковый период, если сейчас признаете вашего выросше­го ребенка взрослым и разумным. Пройдет несколько лет, он выучится, пойдет работать, познает жизнь, и между вами будут нормальные отношения двух взрослых людей. Но это возможно только в том случае, если вы перестанете на него давить сейчас.

Не покупайте его любовь

По закону вы должны обеспечить ребенку питание, образование и одежду. Не стоит покупать ему дорогие вещи и гаджеты, чтобы завоевать его любовь. Особенно если в ответ вы слышите лишь упреки «мало дали». Если ваш подросток хочет больше ваших ресурсов - пусть учится благодарности и обмену.

Дайте ему выспаться

Последний совет не из области психологии, а из физиологии. 95 про­центов ваших неприятностей исчезнут, если подросток будет спать по 9-10 часов. Уйдет фактор хронического недосыпания, исчезнет раздражительность, и ваш подросток начнет адекватно себя вести.