

Конфликт

Результатом конфликта может быть стресс, последствия которого могут обернуться для подростка очень критично, вплоть до депрессии и других серьезных расстройств. Если конфликт привел подростка в состояние стресса, чтобы избежать негативных последствий родителям рекомендуется соблюдать следующую линию поведения:

- Не следует предъявлять подростку много претензий и возлагать на него свои ожидания;
- Терпеливо и внимательно выслушать подростка: если он способен рассказывать о своих проблемах, значит, не все еще потеряно и он сможет с ними бороться;
- Предотвращайте самонаказание, не поощряйте его склонность к самообвинению;

- Не позволяйте ему стать затворником, старайтесь находить ему занятия вне дома;
- Будьте доступны и всегда готовы найти время для общения с подростком;
- Обращайте внимание на положительные качества подростка, старайтесь их закрепить;
- Стимулируйте занятия физическими упражнениями и поощряйте любое увлечение спортом;
- Если подросток избегает вас и других людей, если выхода из ситуации не находится, обратитесь за профессиональной психологической помощью .