

## *Что делать, если подросток грубит, лжет и прогуливает школу?*

Отвечает кандидат психологических наук Мария Радионова:

– Наберитесь терпения. Закончится гормональная перестройка – и уйдут импульсивность, раздражительность, агрессия, созреет кора головного мозга – и ребенку легче станет учиться.

-Продолжайте любить сына, который ведет себя сейчас так скверно, и всячески показывайте ему, что вы не махнули на него рукой, а верите, что он хороший и способен на хорошие поступки.

-Постарайтесь сохранить с ним контакт, пытайтесь разговаривать по душам, без угроз и обвинений. Даже если вы не разделяете взглядов ребенка, выслушивайте его точку зрения.

-Старайтесь сохранять спокойствие. Трудно? Очень! Но это сейчас важнее всего, потому что гарант спокойствия в отношениях с подростком – именно вы, взрослый.

Чтобы поддержать душевное равновесие, используйте прием «изменение видения»: не думайте о глобальных катастрофах в перспективе – «попадет в тюрьму», «сопьется»... Рассматривайте конкретный день, плюсы и минусы вашего общения с подростком сегодня. И обсуждайте их с ним, сохраняя к подростку уважение.