

Кризис 13 лет (подростковый) характеризуется эмоциональной неустойчивостью, резкими изменениями в поведении. Нарушения носят провокационный, конфликтный характер.

Ощущение себя личностью, чувство взрослости, развитие самосознания придают подростку уверенности и силы. 13-14 лет - обычно последний возраст, указанный в литературе, когда родители еще прибегают к физическим наказаниям.

### **Стратегия для родителей, имеющих подростков:**

1. Показывайте подростку свою заинтересованность в его делах;
2. Уважайте взгляды подростка;
3. Дайте подростку почувствовать, что, несмотря на его свободу и независимость, вы всегда готовы помочь и защитить;
4. Будьте гибкими со старшими детьми и подростками, слушая их и ведя переговоры, вы уменьшаете силу их неприятия родительских решений;
5. Уважайте потребность подростка к уединению. У него должно быть его личное пространство, время наедине с собой и тайны по поводу его личных отношений;
6. Дайте подростку добавочное время для выполнения вашего задания или просьбы;
7. Составьте и напишите семейные правила;
8. Почитайте на досуге буклеты и брошюры для родителей. Они рассказывают о банальных истинах, но лишний раз заставляют задуматься о методах воспитания.