

## «Личное пространство подростка: как не нарушать границы»



Дети растут и меняются, а мы зачастую используем в воспитании те же методы, что применяли с их рождения. То, что применимо к малышам, подростки воспринимают в штыки.

### **Что меняется?**

*Личное пространство бывает физическим и психологическим.*

Первое включает определённую *территорию и вещи.*

Второе — *мысли, переживания, отношения и так далее.*

Маленькие дети активно делят свое личное пространство с родителями. Они спокойно относятся к тому, что вы рассматриваете их рисунки и охотно рассказывают вам секреты.

Подростки, наоборот, *стремятся сепарироваться от взрослых*, не хотят посвящать их в свои личные дела, делиться мыслями и наблюдениями. Они вступают в стадию взросления, поэтому ваши расспросы и попытки проникнуть в их личную жизнь вызовут бурный протест и усилят скрытность. Ваш подросток считает себя самостоятельной личностью, а обсуждение тайн с родителями вовсе не соответствует их представлению о поведении взрослого.

Как не нарушить личное пространство ребенка?

Никогда не узнаешь, какое действие или вопрос подросток воспримет как вторжение в его личное пространство, поэтому *стоит установить четкие правила. К их разработке обязательно привлечите ребенка.* Так вы покажете, что доверяете ему и считаете достаточно взрослым и разумным.

**В этих правилах должны быть отражены ключевые моменты:**

- Личное пространство и личные вещи. Если нет возможности выделить ребенку отдельную комнату, найдите уголок, который будет принадлежать только ему.
- Вещи подростка нельзя трогать без его разрешения.
- Право на тайны и секреты. Не заставляйте ребенка делиться с вами всем, что происходит в его жизни. Если у вас выстроились доверительные отношения, он все расскажет сам. Договоритесь, что об опасных вещах — школьной травле, насилии, принуждении и т. п. — нужно рассказывать без промедления. Только в этом случае вы сможете помочь ему выйти из опасной ситуации с минимальными последствиями.
- Друзья и интересы. Подростки стремятся выделиться, поэтому находят себе странных (с нашей точки зрения) друзей и непонятные (нам) увлечения. Договоритесь, что вы не критикуете эти сферы жизни ребенка, а взамен он не будет скрывать их от вас.
- Планы. Возможно, вы еще во время беременности спланировали для себя жизнь ребенка. Но у него на этот счет может быть совсем другое мнение.



***вспомнить, что больше всего раздражало вас в подростковом возрасте в поведении ваших родителей. Постарайтесь избежать этих ошибок и посмотреть на мир глазами подростка. Конечно, они во многом отличаются от нас, но точек соприкосновения намного больше, чем кажется.***

