**Как помочь подростку пережить переходной возраст**

Каждый родитель рано или поздно сталкивается с такой задачей как переходный возраст.

Что это такое и как с этим бороться?

Подросток- это уже почти сформировавшаяся личность со своими привычками, характером и мировоззрением. Он начинает стремиться к самостоятельности и думает, что лучше вас всё знает и во всём разберётся сам

Этот возраст полный максимализма. Все чувства и эмоции переживаются ним очень ярко.

Главное- его поддерживать и не закидывать кучей претензий наподобие "Я же тебе говорила", "Не общайся с тем-то и, тем-то". Ему нужно пережить эти моменты, чтобы набраться какого-то опыта, который поможет ему в дальнейшей жизни.

Если ваш ребёнок начинает испытывать комплексы из-за внешнего вида, то не стоит говорить, чтобы он не зацикливал на этом своё внимание. Вы можете предложить альтернативные варианты, как исправить данную проблему. Например, записать его в спортзал или сходить к ортодонту дабы исправить его прикус.

Лучший способ понять подростка-вспомнить себя в его возрасте.

И взглянуть на мир с его стороны.

Так вам будет легче понять своего сына или дочь.