* Сохранять контакт с подростком. Для этого следует помнить, что авторитарный стиль взаимодействия для подростков не эффективен и даже опасен. Чрезмерные запреты, ограничения свободы и наказания могут спровоцировать у подростка ответную агрессию или аутоагрессию (то есть агрессию, обращённую на себя). В подростковом возрасте предпочтительной формой взаимодействия является заключение договорённостей. Если ограничение необходимо, не стоит жалеть времени на объяснения его целесообразности.
* Способствовать созданию дружеской поддерживающей атмосферы в семье, организовывать совместную деятельность (работа по дому, проведение досуга).
* Все конфликты в семье разрешать путём переговоров, давая возможность высказаться каждому участнику конфликта.
* Находите время время поговорить о перспективах в жизни и будущем. У подростков ещё только формируется картина будущего, они видят либо совсем отдалённое будущее, либо текущий момент. Узнайте, что хочет ваш ребёнок, как намерен добиваться поставленных целей, помогите ему составить план конкретных (реалистичных) действий. Важно поддерживать диалог с подростком, оставлять возможность контакта, чтобы при необходимости он мог обратиться к вам в трудной жизненной ситуации.
* Дать понять ребёнку, что опыт ошибок и неудач – такой же важный опыт, как и достижение успеха. Обучение на ошибках является одним из способов развития личности. Помогите ребёнку найти сферы, где он успешен.
* Понять, что стоит за внешней грубостью подростка. Возможно, подросток отстаивает свои ценности, а не стремиться войти в конфликт и обесценить вас.
* Вовремя обратитесь к специалисту, если вы понимаете, что у вас по каким-то причинам не получается сохранить контакт с ребёнком.