

4 książki, które pomogą rodzicom zrozumieć nastolatka.

Małe dzieci – mały kłopot, duże dzieci – duży kłopot. To powiedzenie powtarza wielu rodziców nie bez powodu. Dorastające dzieci potrafią doprowadzić rodziców do ostateczności. Czy musi jednak tak być? Okazuje się, że z nastolatkiem można się dogadać.

Kluczem do tego jest zrozumienie, co dzieje się w jego organizmie – zarówno pod względem psychicznym, jak i fizycznym. I chociaż poradników na temat wychowania młodzieży nie ma tak dużo, jak tych o niemowlętach i przedszkolakach, można znaleźć naprawdę mądre i wartościowe książki dla rodziców nastolatków, które wspierają rodziców na tym trudnym etapie wychowania. Zobaczcie najciekawsze i najmądrzejsze tytuły!

1. [Dogadać się z nastolatkiem. Dojrzałość i szacunek w relacji.](#)

Nowa książka dla tych, którzy odnaleźli wsparcie w Dogadać się z dzieckiem albo szukają sposobów na bardziej harmonijne porozumienie ze swoim nastolatkiem lub nastolatką. Kolejne pokolenie młodych ludzi przechodzi ze świata dzieci do świata dorosłych. To trudna droga zarówno dla nich, jak i dla nas, rodziców, którzy im towarzyszymy. Chcemy cię zaprosić do podróży, która jest towarzyszeniem młodemu człowiekowi w jego odkrywaniu swojej wolności, godności i wartości.



2. [Nastolatki. Kiedy kończy się wychowanie](#)

Jesper Juul propaguje idee szacunku i współdziałania we wzajemnych relacjach z dzieckiem. Jako rodzice nastolatków zbieramy tak naprawdę żniwo naszego rodzicielstwa. Juul twierdzi, że w wieku 14 lat kończy się wychowanie. Oczywiście nadal jesteśmy dzieciom potrzebni – powinniśmy oferować im swoje rady, wsparcie i wciąż poświęcać im czas, ale stopniowo należy przekazywać dziecku odpowiedzialność za jego własne życie.

Nie bardzo podoba mi się definiowanie nastolatków za pomocą pojęcia “buntu” lub “burzy hormonów”. Niemal każdego dnia spotykam nauczycieli i wychowawców, którzy mówią o

nastolatkach w ten sposób. (...) Zupełnie jakby nastolatki z definicji stanowiły jakiś problem albo były przyczyną problemu. A przecież one robią tylko to, co muszą robić: dorastają.



3. *Jak mówić do nastolatków, żeby nas słuchały, jak słuchać, żeby z nami rozmawiały*

Autorki najbardziej chyba znanej na świecie książki dla rodziców (*Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały. Jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły*) zajęły się także komunikacją między rodzicami i dorastającymi dziećmi. *Jak mówić do nastolatków...* to przewodnik dla rodziców, który pokazuje, jak rozmawiać z dojrzewającym dzieckiem, aby do niego dotrzeć. Autorki na podstawie wielu spotkań, jakie odbyły z nastolatkami i ich rodzicami, piszą o typowych zachowaniach nastolatków: pragnieniu akceptacji, buncie, przekorze, silnej potrzebie decydowania o sobie i zagubieniu, jakie towarzyszy niełatwym procesom dorastania. Poruszają kwestię zagrożeń, takich jak narkotyki, wirtualna rzeczywistość, przedwczesna inicjacja seksualna. Przede wszystkim jednak pokazują, jak odnaleźć drogę do własnego dziecka.



4. *Pozytywna Dyscyplina dla nastolatków*

Pokazuje rodzicom, jak lepiej komunikować się z nastolatkiem. Nastolatki nadal potrzebują rodziców, po prostu potrzebują ich w inny sposób. Rodzice mogą wspierać ich ucząc zdroworozsądkowej oceny sytuacji, skupiania się na rozwiązaniach i brania odpowiedzialności, rezygnując przy tym z gderania, kar i zakazów.

