Счастье для подростков

Подростковый возраст — не только самый трудный, но и самый интересный. Именно в это время в жизни человека начинают происходить самые запоминающиеся события. В подростковом возрасте люди набираются опыта в плане отношений с людьми, с окружающим миром. Этот опыт может быть неприятным, а может и наоборот.

Каждый родитель хочет видеть своего [**подростка**](https://www.casadelsol.ru/blog/pravilnoe-vospitanie-podrostkov-i-glavnye-oshibki-roditeley/) счастливым, но как же это сделать в такое непростое для него время?

**Воспитание**

Воспитывать ребенка подросткового возраста – это сложнее, чем заниматься воспитанием маленьких детей. Потому что у [**подростка**](https://www.casadelsol.ru/blog/pravilnoe-vospitanie-podrostkov-i-glavnye-oshibki-roditeley/) в процессе взросления возникает множество проблем, например, проблемы с учебой, проблемы с отношениями в коллективе. К тому же, [**подростки**](https://www.casadelsol.ru/blog/pravilnoe-vospitanie-podrostkov-i-glavnye-oshibki-roditeley/) чаще всего сталкиваются с издевательствами, с насмешками со стороны одноклассников.

В таких ситуациях перед родителями встает вопрос: «Вмешиваться ли в жизнь ребенка?». Это обуславливается тем, что часто [**подросток**](https://www.casadelsol.ru/blog/pravilnoe-vospitanie-podrostkov-i-glavnye-oshibki-roditeley/) не принимает помощь родителей. Но подсознательно он просто требует помощи.

**Поиск счастья в настоящем**

Каждый человек слышал от своих родителей, что счастье ждет после школы/колледжа/института/устройства на работу. Ни в коем случае нельзя так же оступаться.

Не следует убеждать ребенка в том, что счастье наступит только при каких-либо условиях. Потому что [**подросток**](https://www.casadelsol.ru/blog/pravilnoe-vospitanie-podrostkov-i-glavnye-oshibki-roditeley/), как и любой человек, может сейчас стать счастливым.

Чтобы [**подростку**](https://www.casadelsol.ru/blog/pravilnoe-vospitanie-podrostkov-i-glavnye-oshibki-roditeley/) стать по-настоящему счастливым, нужно разобраться в себе. Необходимо заострить внимание на положительных моментах, а не на отрицательных.

Конечно, нельзя игнорировать недостатки ребенка. Просто нужно сесть и спросить его о счастье, что его может сделать счастливым? Говорить нужно искренне, чтобы у него не возникло ощущение, что это какой-то трюк. После ответа на вопрос, ему нужно позволить сделать то, что приносит ему счастье.

Если [**подросток**](https://www.casadelsol.ru/blog/pravilnoe-vospitanie-podrostkov-i-glavnye-oshibki-roditeley/) увлечен каким-либо видом спорта, то нужно убедиться, что времени для любимых занятий у него достаточно. Когда [**подросток**](https://www.casadelsol.ru/blog/pravilnoe-vospitanie-podrostkov-i-glavnye-oshibki-roditeley/) сконцентрируется на том, что ему нравится, то он сможет добиваться больших успехов в этом. Это счастье повлечет за собой успехи в тех сферах, где [**подросток**](https://www.casadelsol.ru/blog/pravilnoe-vospitanie-podrostkov-i-glavnye-oshibki-roditeley/) отставал. Просто ему необходима родительская помощь.

Однако нужно объяснить ребенку, что невозможно быть счастливым постоянно. Все эмоции имеют право на существование. Иногда нужно побыть раздраженным или грустным, это нормально для человека. Счастье [**подростка**](https://www.casadelsol.ru/blog/pravilnoe-vospitanie-podrostkov-i-glavnye-oshibki-roditeley/) не должно быть связано с эмоциями, которые он испытывает.

**Формула счастья**

**Положительные эмоции**

Нужно сосредоточиться на приятных моментах. [**Подростку**](https://www.casadelsol.ru/blog/pravilnoe-vospitanie-podrostkov-i-glavnye-oshibki-roditeley/) следует осознать, что доставляет ему удовольствие, он должен научиться концентрироваться на положительных эмоциях и удовлетворять свои ментальные нужды. Это прямой путь к обретению счастья.

**Вовлеченность**

Ребенок должен найти ту сферу, которая влечет его больше всего. Тогда у него откроется талан к этой деятельности. Вследствие этих успехов придет и удовлетворение собственной жизнью.

**Социальные связи**

Человек является социальным существом, поэтому ему просто необходимо общаться с другими людьми. Необходимо научить [**подростка**](https://www.casadelsol.ru/blog/pravilnoe-vospitanie-podrostkov-i-glavnye-oshibki-roditeley/) правильному построению социальных связей.

**Смысл**

Наличие смысла дает многим людям чувство счастья. Поэтому стоит показать [**подростку**](https://www.casadelsol.ru/blog/pravilnoe-vospitanie-podrostkov-i-glavnye-oshibki-roditeley/), что нужно ставить перед собой жизненные цели и добиваться их.

**Достижения**

Ребенка может сделать счастливее не только присутствие смысла или цели, а еще и победы. Когда человек достигает определенной цели, то он уже счастлив. Поэтому стоит поработать над этим.

Следует привить [**подростку**](https://www.casadelsol.ru/blog/pravilnoe-vospitanie-podrostkov-i-glavnye-oshibki-roditeley/) понимание того, что он сам руководит своей жизнью. Поэтому и сам может делать то, что ему нравится. Только тогда в его жизнь придет счастье.