**10 วิธีในการเข้าถึงลูกวัยรุ่น**

**1.จงฟัง...ฟัง...และฟัง** ในวันหนึ่งๆ คุณควรมีเวลาพูดคุยกับลูก(ขอย้ำว่าคุณเป็นฝ่ายฟัง)

แม้ว่าจะเพียงไม่กี่นาทีก็ตามอย่างน้อยในหนึ่งอาทิตย์ควรมีเวลาได้รับฟังลูกยาวๆ สักครั้ง

**2.เลี่ยงคำว่า “ ไม่ ”** เมื่อลูกมาขออนุญาตทำในสิ่งที่พ่อแม่ไม่มั่นใจ ลองอธิบายด้วยคำพูดแบบนี้ดู

“ ไม่ใช่ว่าพ่อแม่ไม่เชื่อมั่นในตัวลูกนะจ๊ะ แต่ไม่เชื่อมั่นในสถานที่ลูกจะไปเจอ ”

**3.วิธีแบบละมุนละไม** บางครั้งที่ลูกกลับบ้านผิดเวลา อย่าใช้คำพูดว่า"ไปไหนมา"หรือ

"ทำไมลูกกลับช้า" ทางที่ดี คุณควรแสดงออกถึงความห่วงใยอย่างละมุนละไม

**4.ชวนลูกดูทีวี** เมื่อดูจบชวนเขาพูดคุย และวิจารณ์เรื่องราวในนั้น อาจเป็นประเด็นเกี่ยวกับ

ความสัมพันธ์ การหย่าร้าง ความสูญเสีย จะทำให้คุณรู้จักมุมมองของลูกดียิ่งขึ้น

**5 .เข้าไปในโลกของวัยรุ่น** ลองไปเดินช้อปปิ้งกับลูก คุณจะได้เห็นว่าโลกของวัยรุ่นไปถึงไหนกันแล้ว

**6. เตรียมตัวและเตรียมใจไว้ให้พร้อม** วัยรุ่นอาจมีเรื่องให้คุณช็อกได้ตลอดเวลา นั่งทำงานอยู่ดีๆ

อาจมีโทรศัพท์ด่วนมาถึงคุณ นั่นแปลว่าถึงเวลาแล้วที่คุณต้องเป็นที่พึ่งให้กับเขา

**7. ทำกิจกรรมด้วยกันเสมอๆ** ไม่ว่าจะเป็นเล็กๆน้อยๆ อย่างจ๊อกกิ๊ง ปั่นจักรยาน จัดชั้นหนังสือ ทำอาหาร ก็มีค่าทั้งนั้น จงจำไว้ว่าบางครั้งเวลาที่ดีที่สุดก็เกิดขึ้นได้ ซึ่งอาจใช้เวลาเพียงเล็กน้อยเท่านั้น

**8. ให้เขารู้สึกว่า เขาคือส่วนหนึ่งในชีวิตคุณ** คุยกับเขาถึงเรื่องงาน แผนการใช้ชีวิต เล่าเรื่องของคุณ ให้เขาฟังบ้าง แทนที่จะเอาแต่เรื่องของเขามาเป็นประเด็นอย่างเดียวซึ่งเป็นการเปิดโอกาสให้เขา

ได้รู้จักคุณ ในมุมที่หลากหลาย และที่สำคัญอย่าลืมบอกเขาด้วยว่าถ้าต้องการคุณ เขาจะตามตัวคุณได้ยังไง

**9. แสดงออกซึ่งความรัก** บอกรักเขาในโอกาสพิเศษ หรือเอาผลงานของเขามาติดโชว์ไว้ในบ้าน ซึ่งอาจดูเป็นเรื่องธรรมดา หากคุณกับลูกมีเรื่องไม่ลงรอยกันและมีปากเสียงกัน ถ้าคุณรู้สึกว่าตัวเองเป็นฝ่ายผิดไม่แปลกหรอกที่จะเอ่ยปากขอโทษลูกก่อน

**10. รู้จักถอย** ควรรู้ว่าเมื่อไรลูกต้องการคุณ และเมื่อไรเป็นเรื่องของวัยรุ่น คุณควรถอยห่างออกมาสักก้าวสองก้าว ไม่ควรเข้าไปเจ้ากี้เจ้าการกับเรื่องส่วนตัวของเขามากเกินไปนัก

                                                         