Многие родители делают ошибку, полагая, что поскольку поведение подростка связано с  чувствами, контроль чувств поможет исправить поведение. К сожалению, это очень далеко от правды. Очень важно для родителей  понять, что чувства вашего подростка сами по себе ничего не значат. Имеет значения те стереотипы поведения, которые к этим чувствам «приклеились».
Почему мой ребенок вымещает свой гнев на других? Как исправить ситуацию? Подарками подростку не поможешь.
         Дети стали переполнены эмоциями, и, когда они чувствуют гнев или обиду - это уже путь к неприятностям.  Учить детей правилам  пожарной безопасности нужно не тогда, когда уже горят занавески. Также лучше, чтоб модели поведения в  кризисных ситуациях дети усвоили до того, как сами ситуации возникли. И не бойтесь признать то, что если ваш ребенок кричал, визжал или ломал вещи, вы уже столкнулись  с кризисом. И столкнулись неподготовленными .
        Китайский символ кризис представляет собой сочетание двух  символов:  "опасности" и "возможности". Так что, когда ваш ребенок попал в кризисную ситуацию вне дома, хотя это и опасно, но следует  помнить, что это дает ребенку собой хорошую школу – возможности самому справляться с кризисом.
         Многие родители сразу пытаются давить на эмоции ребенка, полагая что именно в них причина плохого поведения.  Если ваш ребенок рассердившись  разбил кукольный домик  сестры, не спрашивайте его: "Почему ты сердишься?" Или "Почему ты это сделал?" Это неэффективно. Дело не в эмоции, дело в том, какой он выбрал способ репрезентировать свою эмоцию.
Ваша цель, чтобы помочь вашему ребенку решить его основную проблему,  которая является истоком его  чувств. Если вы запретите своему ребенку ездить на велосипеде поздним вечером, а его сосед в это время будет спокойно кататься, то чувства законной несправедливости захлестнут ребенка. Или соседи уехали на отдых в Болгарии, а ваш ребенок сидит все лето в городе.
            Именно несправедливость и ведет к разочарованию. Или бывают случаи, когда вы хотите сделать что-то, но просто сейчас неподходящее время. И это может привести к разочарованию и гневу для вашего ребенка, если он не направить его в нужном  направлении.
            В следующий раз, когда ребенок выкинет очередную штуку, вместо того чтобы спросить его, почему он это сделал, попробуйте сказать: "Давайте посмотрим на то, что ты делаешь, когда сердишься." Таким образом, вы научите его наблюдать за собой во время вспышки эмоции и контролировать собственное поведение. Основная задача - изменить поведение, поломать принятые стереотипы, усвоенные ребенком из дурных примеров.
           Следующим шагом надо спросить: "В следующий раз, когда это случилось, что ты можешь вести себя по-другому?" Не пытайтесь сказать ему: "Ты не должен  чувствовать гнев, обиду, досаду" или "эти чувства, неправильны." Сразу скажите: "В следующий раз, когда ты почувствуешь то же, сделай как-то  по-другому?" Это совершенно иной процесс, чем тот, который начинается с буквы "Почему ты это сделал?"  Когда вы задаете такие вопросы, вам нужны  отговорки и оправдания, которые пагубно действуют на личность в целом и не помогают решить проблемы.
Сделать смену установок. Фокус на мышлении и на стереотипах вашего ребенка, а не его эмоциях! Это самый мощный шаг, который вы можете сделать к изменению его поведения.
@Джеймс Леман, Бостон.