



Как наладить отношения со своими детьми (советы родителям и их детям)

Подростковый возраст – самый трудный, сложный из всех детских возрастов, представляющий собой период становления личности, который протекает с кризисами и конфликтами.

В этот период проявляются все скрытые противоречия между детьми и родителями. Недавно послушный ребенок начинает гулять в ненадежных компаниях, переживать по неизвестным поводам и нервничать при ваших попытках обезопасить его жизнь.

Проблема в том, что подростки - уже не дети, но еще и не взрослые. Ими нельзя управлять с позиции всезнающего взрослого, но и ждать полной осознанности и ответственности за свой выбор тоже не стоит.

Что же делать родителям с теми, кого невозможно заставить, нечем наказать и нереально переубедить?

Установление контакта важно не только с точки зрения организации мира в семье, но и необходимости контролировать изменения, происходящие с ребенком. Каждый родитель должен вовремя увидеть тревожные сигналы, но возможно это только при полном доверии и хороших отношениях.

О том, как наладить отношения с подростком, соблюдая нехитрые правила.

- *Вспомните себя подростком.* Какие у Вас были интересы, увлечения. Что вы хотели услышать от своих родителей? Какие самые яркие моменты вам довелось пережить? Ведь это все не было случайно. Это были испытания для формирования вашей личности, того прекрасного человека, в которого вы превратились.

- *Уважайте своего ребенка.* Воспринимайте его, как личность: уважайте его особенности, самостоятельность и право на личные ошибки. Это - основное правило в отношениях между подростками и родителями.

- *Не нарушайте право ребенка на тайны.* В этом возрасте уже появляются те секреты, которыми они не готовы поделиться с родителями. Это нормально, у каждого из нас найдется несколько моментов, о которых нам хотелось бы избежать при разговоре с детьми.

- *Проявляйте участие, но не надоедайте вопросами.* Учитесь слушать. Покажите своим видом, что вы его любите и всегда хотите послушать, понять и справиться с проблемами без навязывания личного опыта. В беседе не подгоняйте ребенка, просто используйте уточнения или спросите у подростка, как вам лучше помочь ему.

- *Поощряйте инициативу Вашего ребенка. Примите его интересы.* Даже если вам абсолютно безразличны подростковые кумиры или компьютерные игры, все равно поддерживайте разговор и проявляйте интерес.

- *Расскажите смешные истории, которые происходили с Вами в детстве.* Учите на личном примере. Чтобы не поучать, и не ставить себя в пример, можно рассказывать примеры ситуации из своей жизни. Причем вы не всегда должны быть в них правыми или лучшими героями.

- *Старайтесь не решать проблемы за ребенка, а лишь показывать свое отношение к происходящему.* Предложите выбор. Решения он должен учиться принимать самостоятельно, а не жить по подсказке взрослого.

- *Хвалите своего ребенка, как можно чаще!*

Поддержка родителей важна для ребёнка любого возраста, но особенности подросткового периода требуют от близких большей гибкости во взаимоотношениях со своими детьми. Подросток, несмотря на своё стремление к самостоятельности и взрослости, должен знать, что родители принимают его таким, какой он есть, и всегда готовы помочь в трудных ситуациях.

А со стороны подростков, в первую очередь - это любовь и уважение к своим близким. Попробуй понять родителей и посмотреть на все их глазами. Не бойтесь поделиться с ними своими переживаниями. Научитесь правильно высказывать свои проблемы. Наладить отношения с родителями в Ваших силах!