**Как пережить переходный возраст, когда ребенок не слышит родителей…**

Подростковый возраст традиционно считается самым трудным в воспитательном отношении. Трудности этого возраста в большой мере связаны с половым созреванием как причиной различных психофизиологических и психических отклонений.

Родители часто встречаются с проблемой, что в подростковом возрасте дети становятся более замкнутыми, неуправляемыми и намеренно противоречат взрослым. Часто это возникает из-за того, что родители слишком беспокоятся за своих детей: за их безопасность, или, например, успеваемость. Но дети уже выросли и учатся принимать ответственность за свои решения.

Подросткам хотелось бы спросить совета у родителей о том, как лучше реализовывать их собственные идеи и решения. Им хочется общаться с родителями «на равных». Но часто родители, беспокоясь за своих детей, стараются контролировать все действия подростков. Дети, рассчитывая на помощь родителей, сталкиваются со многими запретами и воспринимают это как недоверие. Поэтому нужно и очень важно найти в себе силы, чтобы признать, что ваш подросток уже вырос и достоин разговаривать с вами на «взрослом языке».

Однако значение семьи для вашего ребенка в этот период времени непреходяще. Ему, как никогда, необходимо ваше внимание, тепло и забота, понимание и доверие.

*Подростку присущи:*

• тяга к романтике и самоутверждению, выяснение своих возможностей и способностей иногда на грани риска;

• частая смена настроения, беспричинная обида, грусть, слёзы;

• стремление к установлению дружеских связей с ребятами своего или старшего возраста, вхождение в криминальные группировки;

• отстаивание, иногда бессмысленное, своей позиции, в том числе и неверной;

• проявление критического отношения к ранее авторитетным взрослым, мнением которых пренебрегают в пользу сверстников;

• демонстративно пренебрежительное или снисходительное отношение к младшим, а также представителям противоположного пола, что является признаком пробуждения интереса.

*Рекомендации родителям:*

Безусловно, все зависит от конкретной ситуации и метод влияния на подростка надо подбирать индивидуально. Предлагаем несколько вариантов:

• Создать нестандартную ситуацию, когда подросток ожидает с вашей стороны сопротивление, недоверие, а взамен получает искренность и помощь в решении его вопросов.

• Поддержать одно из увлечений подростка, проявлять заинтересованность в хобби и увлечениях.

• Учредить семейную традицию, когда семья, собираясь вечером вместе, делится событиями, которые произошли с каждым из них в течение дня.

*Советы психолога родителям подростков:*

• Цените откровенность своих детей, искренне интересуйтесь их проблемами.

• Общайтесь на равных, тон приказа сработает не в вашу пользу. Дайте понять, что Вы понимаете их.

• Нельзя подшучивать над ними, высмеивать чувства, умаляя их значение. Постарайтесь отнестись к вашим детям с уважением, помните об их ранимости и уязвимости.

• Не раздражайтесь и не проявляйте агрессивности, будьте спокойны, сдержанны. Помните, что ваша грубость вызовет их ответную реакцию.

• Не говорите об объекте увлечения вашего ребенка пренебрежительным, оскорбительным тоном, тем самым Вы унизите его самого.

• Ни в коем случае нельзя грубо и категорично разрывать отношения подростков, ведь они только еще учатся общаться друг с другом и чаще всего даже и не помышляют ни о чем плохом.

• Пригласите его (ее) подругу (друга) к себе, познакомьтесь – это позволит вам получить объективное, более правдоподобное, а не голословное представление о том, с кем встречается ваш ребенок. Лучше, если Вы разрешите им встречаться у себя дома, чтобы им не пришлось искать случайных и сомнительных приютов для свиданий.

• Расскажите им о себе, вашей истории первой любви – это поможет найти Вам взаимопонимание с ребенком.

• Если Вы сумеете установить с ним дружеские отношения, то будете иметь возможность не просто контролировать его поведение, но и влиять на его поступки.

• Помните, что, с одной стороны, подросток остро нуждается в помощи родителей, сталкиваясь со множеством проблем, а с другой – стремится оградить свой внутренний мир интимных переживаний от бесцеремонного и грубого вторжения, и он имеет на это полное право.

*Чего НЕ следует делать по отношению к подростку?*

• Не допускайте как неуважения к себе со стороны подростка, так и грубости по отношению к нему.

• Не требуйте немедленного и слепого послушания, не применяйте угроз и не унижайте детей.

• Не начинайте разговоры с обвинений и не перебивайте, когда ребёнок объясняет свои поступки.

• Не подкупайте подростка и не вымогайте силой обещание не делать то, что вам не нравится.

• Не отступайте от введённых в семье правил и традиций, разве что в необычных случаях.

• Не ревнуйте сына или дочь к друзьям, принимайте из в своём доме и старайтесь познакомиться поближе.

• Не давайте негативную оценку объекту внимания подростка, даже если выбор Вам не по душе.

Родителям необходимо постигнуть главное, что наибольшее влияние на становление подростковой личности оказывает именно их жизнь, привычки, манера общения, взаимоотношения в семье.

 *педагог – психолог*

 *Ольга Мавровская*