**Как наладить общение со своим ребенком-подростком?**

**ТРУДНОСТЬ**

Будучи маленьким мальчиком, он рассказывал вам обо всем. Но, став подростком, совсем перестал с вами общаться. Когда вы пытаетесь с ним поговорить, он либо отвечает односложно, либо начинает спорить. В результате ваш дом превращается в «поле боя».

И все же наладить общение с ребенком-подростком возможно. Для начала рассмотрим два фактора, которые могут этому препятствовать.

**ПРИЧИНА**

**Жажда независимости.** Чтобы стать ответственным взрослым человеком, вашему ребенку придется, образно говоря, со временем пересесть с места пассажира на место водителя и научиться ездить по опасным, извилистым дорогам жизни. Действительно, некоторые подростки хотят иметь слишком много свободы. С другой стороны, родители иногда чересчур ограничивают свободу своих детей. В итоге в семье возникает ситуация, похожая на «перетягивание каната», которая причиняет немало трудностей родителям и подросткам.

**Абстрактное мышление.** Маленькие дети обычно мыслят конкретными, «черно-белыми» понятиями. Однако многие юноши и девушки уже способны воспринимать и «оттенки серого». Это важный признак абстрактного мышления, который помогает подростку здраво смотреть на вещи. Например, для ребенка идея справедливости проста. Вот как он рассуждает: «Мама разломила печенье на две равные части; одну дала мне, а другую — моему брату». В данном случае понятие справедливости сводится к математической формуле. Подростки же осознаю́т, что в жизни не все так просто. Ведь одинаково относиться к разным людям не всегда справедливо, а быть справедливым не всегда означает относиться к людям одинаково. Абстрактное мышление поможет вашему ребенку-подростку разобраться в этих и других сложных вопросах. Но есть и обратная сторона медали: формируя свое мнение, он может оспаривать ваше.

**ЧТО МОЖНО ПРЕДПРИНЯТЬ**

**Не упускайте возможности пообщаться.** Воспользуйтесь неформальной обстановкой. К примеру, некоторые мамы и папы заметили, что их дети-подростки более склонны к откровенности во время совместных домашних дел или поездок на автомобиле, то есть когда они находятся рядом с родителями, а не лицом к лицу.

**Излагайте суть.** Совершенно не нужно по любому поводу спорить до хрипоты. Лучше спокойно выскажите свою мысль и остановитесь на этом. Подросток «услышит» главное из сказанного вами позже, когда останется наедине с собой и у него будет время поразмышлять. Не стоит лишать его такой возможности.

**Слушайте и будьте гибкими.** Внимательно, не перебивая, слушайте своего ребенка — так вы получите полное представление о проблеме. Обдумывайте, что сказать. Если вы требуете неукоснительного соблюдения правил, у вашего сына может возникнуть искушение найти в них лазейку. В одной книге отмечается: «Тогда дети и начинают вести двойную жизнь: они говорят родителям то, что те желают услышать, а когда родителей нет поблизости, делают, что хотят»

**Сохраняйте спокойствие.** Девушка по имени Кари говорит: «Когда мы с мамой в чем-то не согласны, ее задевает каждое мое слово. В итоге я расстраиваюсь, и разговор перерастает в спор». Не реагируйте слишком бурно, лучше покажите, что вы понимаете чувства своего ребенка. Например, вместо фразы «Об этом нечего и переживать!» скажите: «Вижу, что тебя это очень беспокоит».

**Насколько возможно, направляйте, а не диктуйте.** Способность подростка абстрактно мыслить подобна мышце, которую нужно тренировать. Поэтому, если вашему ребенку требуется решить какую-то проблему, не делайте это «упражнение» за него. Обсудите вопрос, и пусть он предложит свое решение. Затем, совместно рассмотрев несколько возможных вариантов, вы могли бы сказать: «Вот некоторые пути решения проблемы. Подумай над ними денек-другой, а потом еще раз обсудим, какой из них ты считаешь лучшим и почему».

**Помощь родителям**

Чтобы быть хорошим родителем, важно руководствоваться следующими принципами:

-**Воспитывайте с любовью.** «Не раздражайте своих детей, чтобы они не унывали»

-**Будьте последовательными.** «Пусть ваше слово „да“ означает „да“ и ваше „нет“ — „нет“»

-**Проявляйте благоразумие.** «Я исправлю тебя в должной мере»