**Подростковый период - как избежать проблем?**

Проблемы воспитания подростков неизбежно волнуют всех родителей на данном этапе взросления их ребенка. У некоторых они проходят практически незаметно, а вот другие родители и дети сталкиваются с серьезными и, казалось бы, неразрешимыми противоречиями, не могут найти контакт с внезапно повзрослевшим чадом. Еще вчера такой послушный, образцовый мальчик не хочет слышать ни одного разумного слова, часами пропадает во дворе, но о своих похождениях вам ничего не рассказывает; дочка покрасила волосы в жутковатый черно-зеленый цвет и утверждает, что это модно и красиво… Знакомые ситуации, не правда ли?

**Подростковые проблемы**

Подростковые проблемы во взаимоотношениях с родителями почти всегда связаны с борьбой начинающего взрослеть человека за свое «я» и за свое место в семье. Конечно, отсутствие жизненного опыта дает о себе знать и приводит к конфликтам и противоречиям.

 Многие родители не могут вовремя пересмотреть свои методы воспитания (а иногда и не хотят, потому что им так удобно или некогда тратить время), но сделать это придется. Ищите новые пути взаимодействия и взаимопонимания со своими детьми. Вы можете заставить семилетнего ребенка приходить домой в строго определенное время, пригрозив, что в противном случае лишите его игры в компьютер или просмотра любимого мультфильма, но в 15-летним подростком этот номер не пройдет.

Подростковые проблемы очень часто возникают из-за того, что мы не позволяем нашим детям высказывать свое собственное мнение. Создав для них кучу правил, не посоветовавшись с ними, мы требуем, чтобы они им подчинялись и наивно думаем, что удастся избежать сопротивления всему этому.

 Каждый родитель заботится о своем ребенке и нам кажется, что строгие правила и запреты помогут защитить их от ошибок и проблем. Но зачастую именно естественное стремление взрослеющего ребенка освободиться от ненужных ему ограничений приводит к конфликтам. Определитесь, каким вы хотите видеть своего ребенка? Хотите ли вы, чтобы, став взрослым, он мог сам решать жизненные проблемы и адаптироваться в любой ситуации? Хотите ли вы, чтобы ребенок был в состоянии отвечать за свои слова и поступки?

 Конечно, ваши дети будут совершать ошибки, этого избежать не удается практически никому, но не так страшна сама ошибка. Гораздо важнее то, что ребенок будет делать с этой ошибкой, как исправит ее. Испугается ли он последствий своего проступка или будет достаточно сильным, чтобы взять на себя ответственность и попытаться все исправить. И наконец, позволяете ли вы ребенку спокойно самому разобраться с проблемой или сразу спешите с криками на помощь?

Ключ к любому подростку — это умение общаться с ним на доступном ему языке и вести переговоры. Вы должны показать, что уважаете выбор своего ребенка и уверены, что у него хватит ума и сил самому решить свои проблемы. Контроль, конечно, должен быть, но ненавязчивый, общайтесь без нравоучений и длинных нудных проповедей – подростки их терпеть не могут.

Советы родителям

 Вот несколько советов, которые помогут вам найти взаимопонимание с подростками:

* Интересуйтесь у них, чего ОНИ хотят.
* Всегда старайтесь найти взаимовыгодное решение
* Будьте открыты к общению, не отговаривайтесь отсутствием времени и усталостью.
* Старайтесь больше слушать, чем говорить, интересуйтесь, что для них важно, уважайте и одобряйте их идеи.
* Позвольте ребенку установить свои собственные правила.
* Покажите, что вы верите, что подросток способен принять правильное решение. Помогите им взвесить все за и против
* Почаще говорите им, что вы в них цените, какие они умные, замечательные и т.д. Но комплименты должны звучать искренне, от души.
* Ваш ребенок должен идти собственной тропой по этой жизни, позвольте ему это.
* Не осуждайте ребенка: позвольте ему делать ошибки, позвольте ему быть не таким как вы и иметь свое мнение, отличное от вашего.
* Не позволяйте себе, чтобы ваша любовь к детям была основана только на их примерном поведении или хороших оценках в школе.
* Возлагайте на них больше ответственности в домашних делах, например, покупка продуктов, уборка в своей комнате, приготовление ужина. Тем самым вы даете ребенку почувствовать собственную значимость.
* Любите их, разговаривайте и проводите больше времени вместе.