**Как найти общий язык с подростком**

Как же быть? Как найти способ быть услышанным? Когда ребенок становится подростком.

 Для начала, давайте разберем, что же это за понятие такое, подростковый возраст. Начинается он с 12 лет, и продолжается где-то до 18 лет. Иногда этот период затягивается и дольше, если ребенок живет с вами. Но сейчас речь идет не об этом. Во время полового созревания у подростков меняется гормональный фон, а значит, появляется раздражительность, агрессивность, независимость, формируется совершенно другое видение мира.

В возрасте 13-15 лет в организме ребенка идет активная гормональная и психическая перестройка. С одной стороны, он чувствует долю самостоятельности и пытается проявить свою индивидуальность, с другой - продолжает зависеть от родителей, что его напрягает и приводит к конфликтам. Найти общий язык с подростком бывает очень сложно. В нем идет борьба двух полюсов: хочется самоутвердиться, но пока неясно, где та грань, за которой он в одиночку не справится.

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. 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.

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. В подростковый период как дети, так и родители делают очень много ошибок в общении друг с другом.

Частая ошибка родителей заключается и в том, что они любят сравнивать свое чадо с другими. Даже наедине с ребенком такая беседа не может закончиться взаимопониманием, не говоря уже о тех случаях, когда родители выставляют подростка в невыгодном свете в присутствии других. Только представьте, что он должен ощущать и переживать в этот момент. Стоит ли говорить, что вместо того, чтобы быть союзниками, при таком раскладе вы можете стать врагом собственному отпрыску.

Профилактические беседы, безусловно, важны и нужны, но пытайтесь "читать лекции", когда чувствуете, что он в хорошем настроении, по крайней мере, настроен на вашу волну. И не перебарщивайте, постройте беседу в дружеском тоне. Желательно, чтобы с ребенком пообщался тот родитель, который пользуется большим авторитетом. Роль отца в этом плане чрезвычайно важна.

Доказать ребенку, как нужно себя вести, как поступать и к чему стремиться, можно только на собственном примере. Поэтому не стоит зацикливаться только на ребенке и переменах в нем. Самосовершенствуйтесь, развивайтесь, найдите себе занятие по душе, в конце концов, сделайте так, чтобы вы стали интересны ребенку, чтобы в свою очередь он заинтересовался, что изменилось в вас и с чем это связано.

Вседозволенность одинаково вредна как для маленького ребёнка, так и для подростка и для взрослого. Поэтому всё-же, необходимо установить "правила игры". Это тоже элемент взросления. Важно распределить, за что ребёнок ответственный (в доме, в школе...) и настаивать на том, чтобы эта работа была им выполнена. Ведь у всех есть обязанности и каждый должен вносить свой вклад в семейный уют.

- Не опускайте руки, если общение с ребенком перестало быть таким, каким вам бы хотелось. В конце концов, переходной возраст — это всего лишь период, который скоро закончится. А если у родителей хватит мудрости, терпения и выдержки, чтобы понять, принять и любить ребенка таким, какой он есть, то в скором времени вы увидите перед собой не подросткового монстрика, а своего прежнего ребенка — немного повзрослевшего, ставшего более самостоятельным и рассудительным, но такого же любящего и любимого...

Подросток – удивительно неудобный объект для воспитания. Он не любит, когда ему читают длинные нотации, да и вообще не терпит замечаний и назидательных советов. Подросток уверен, что сам всё знает, сам всё умеет. Он сердится, если с ним спорят, не считается с мнением взрослых, дерзит и легко обижается. Ему бывает тесно в семейном кругу, скучно среди будничных разговоров, он тянется к возвышенному, к высшей справедливости, но не умеет соединять философские рассуждения о высоком с будничным…

Помните, в этом нежном возрасте главной целью в жизни подростка становится желание самоутвердиться. И главное — аккуратно направить его на правильный путь, но так, чтобы при этом не «сломать» собственное «я» почти взрослого человека.

Литература: М.Ю.Михайлина, кандидат социалогических наук, М.А.Павлова Психологическая помощь подростку кризисных ситуациях.

Т.А.Шишковец Осложненное поведение подростков.

upsihologa.ru›Kak\_nayti\_obschiy\_yazyk\_s…sky.html

Составила: Воронова Т.З. педагог-психолог Государственного казенного учреждения социального обслуживания Республики Мордовия Социальный реабилитационный центр «Ясная Поляна»