**Чего хотели бы от родителей подростки?**

**Как добиться взаимопонимания между родителями и детьми?**

Чаще всего взрослые думают, что ребёнок мечтает о большей свободе, о новом компьютере или модной одежде. На самом деле это не так. Во время опросов большинство подростков признаются, что хотели бы, чтобы родители воспринимали их всерьёз и прислушивались к их словам.

Выслушивая и пытаясь понять своих детей, мы помогаем им осознать важную вещь: этот мир может быть и жестоким, и опасным, но есть люди, на которых можно рассчитывать всегда, при любых обстоятельствах – это родители.

Исследования социологов показывают, что люди стали гораздо меньше разговаривать дома. Мы (взрослые) возвращаемся с работы, ужинаем и смотрим телевизор. В лучшем случае бегло обсуждаем события прошедшего дня. На разговоры по душам не остаётся ни сил, ни времени. И довольно трудно узнать, о чём мечтают и чего боятся наши дети, если мы вообще очень редко с ними говорим.

Подросткам особенно нужно родительское внимание и понимание, уважение и тепло. Как ещё мы можем выразить свою любовь, если не готовностью выслушать ребёнка в любой момент? Кроме того, есть и вторая сторона проблемы: если подросток не может откровенно разговаривать с родителями, он пойдёт за советом к кому-то ещё. И нет никакой гарантии, что полученный совет окажется удачным. Даже если в семье взрослые разговаривают с ребёнком, они не всегда готовы к тому, что у подростка есть собственное мнение по жизненно важным вопросам. «Разговором по душам» родители часто называют такой разговор, в котором они рассказывают ребёнку о жизненных сложностях, советуют, помогают, направляют. А вот слушать подростка и воспринимать его слова всерьёз могут далеко не все. Узнав, что дочь хочет проколоть пупок, а сын решил заниматься экстремальным спортом, мы моментально ужасаемся и возмущаемся, тем самым выстраивая стену между собой и детьми. Между тем лучше всего в такой ситуации узнать, что стоит за странным на первый взгляд желанием подростка. Девочке необходим пирсинг, потому что она чувствует себя недостаточно привлекательной? Не хочет отставать от подруг? Стремится быть модной? Что вы могли бы сделать, чтобы помочь ей во всём этом и одновременно свести к минимуму возможные сложности? Чтобы найти общий язык с взрослеющим ребёнком, необходимо время и терпение. Не думайте, что всё наладится мгновенно и само собой. Скорее всего, вам понадобится сделать несколько шагов навстречу, прежде чем ребёнок почувствует, что может вам доверять.

Очень хорошо, если ребёнок поймет, что может прийти к родителям с любой проблемой вне зависимости от того, прав он или виноват, гордится своими поступками или стыдится. Подростку важно знать, что он нужен таким, какой он есть.

Разговаривая с ребёнком, не делайте предположений. Вам кажется, что вы знаете собственного ребёнка, но это не так. Дети растут, меняются и взрослеют. И родители, которые привыкли видеть в подростке всё того же румяного малыша, последними замечают изменения. Слушайте своего ребёнка так, как будто вы видите его в первый раз.

Расскажите, что вы чувствовали в подобной ситуации. Если ребёнок делится с вами своими проблемами и в юности с вами случалось нечто подобное, расскажите об этом. Подросток будет знать, что вы действительно его понимаете, ведь вы тоже сталкивались с похожими проблемами.

Смотрите в глаза. Не отвлекайтесь на другие дела. Внимательно слушайте то, что вам рассказывают. Следите за выражением лица, языком тела. Иногда движения говорят гораздо больше, чем слова.

Позвольте ребёнку командовать. В вашем расписании должны быть вечера или выходные, когда вы делаете то, что хочется ребёнку. Позвольте подростку иногда самому спланировать ваш совместный досуг.

Старайтесь создавать вместе с ребёнком семейные традиции. Каждый вечер во время ужина или чаепития каждый член семьи должен описать один эпизод, который случился с ним днём.

Слушать не значит соглашаться. Вы не обязаны разделять все мнения своего ребёнка, чтобы быть с ним в хороших отношениях. Главное – продемонстрировать готовность понять другую точку зрения и не торопиться с эмоциональной реакцией.

Чаще задавайте различные вопросы своему ребёнку. И не для того, чтобы вывести его на чистую воду и обвинить, а чтобы действительно услышать ответы.

Свято храните все секреты ребёнка. Никогда не выдавайте тайну, которую он вам доверил. Это совершенно непростительный поступок.

Попробуйте говорить на нейтральной территории. Если дома вам не удаётся спокойно разговаривать, сходите с ребёнком в кафе или на прогулку. Проще начать разговор, отталкиваясь от новых впечатлений.

Никогда не отказывайте ребёнку в помощи. Если ребёнок просит вас куда-то его отвезти, проводить или встретить, обязательно сделайте это. Так вы будете в курсе того, что с ним происходит.

Старайтесь всегда поощрять откровенность. Если ребёнок честно признался в каких-то промахах, похвалите его за это и не наказывайте строго.

Не судите. Это значит не только не ругать, но и не спешить одобрять. Вместо вопроса «Ты поступил правильно?» спросите: «Ты доволен тем, чего добился?» Такой вопрос позволит ребёнку подумать над своими ощущениями и поделиться с вами.

Уважайте личное пространство. Не будьте слишком настойчивы и не заставляйте ребёнка защищаться. Если он принципиально отказывается обсуждать какую-то тему, будьте терпеливы, отложите разговор до лучших времён.

Ребёнок прежде всего. Будьте готовы отложить все другие дела, если детям срочно нужна ваша помощь. Не старайтесь вмешиваться. Если ребёнок рассказывает о своих проблемах, не бросайтесь действовать и выручать его из беды. Можно предложить свою помощь, но настаивать не стоит. Лучше поговорите о шагах, которые может предпринять сам подросток.

Не срывайтесь. Какие бы ужасные вещи вам не пришлось услышать, держите себя в руках. С человеком, который кричит и осуждает, никогда больше не захочется откровенничать.

Не перебивайте. Терпеливо выслушивайте всё, что ребёнок хочет рассказать. И только после этого задавайте вопросы.

Высказывайте своё мнение тактично. «Хочешь узнать, как бы я поступила (поступил) на твоём месте?», «У меня есть идея, как тебе помочь. Хочешь, расскажу?». Такие фразы позволяют родителям быть тактичными, а ребёнку – отказаться от советов. И если подросток отвечает «нет», это нужно принять и оставить разговор на потом.

Безусловно, нет единого правила для всех и на все случаи жизни. Каждый ребёнок уникален, уникальны и наши отношения с ним. Нужно убедить ребёнка в важности стать человеком знающим и трудолюбивым, совершающим красивые поступки, в том, что у него есть все возможности реализовать себя.

Источник: http://академияразвития.рф/