***Как вести себя с подростком, юношей чтобы не стать его врагом?***

***Советы психолога.***

***(памятка для родителей)***

*1. Главное в отношениях с подростком -* ***ничего не «играть»,*** *а почувствовать настоящую готовность подстраиваться под постоянно меняющиеся ситуации и настроения, иметь гибкую позицию по отношению к мнениям и взглядам ребёнка и уважать любые проявления его личности.*

*2. Время безоговорочного авторитета родителей безвозвратно ушло, поэтому командовать и руководить больше не получится. Эта тактика обречена на проигрыш. Вместо этого* ***регулятором отношений будет являться ваш авторитет, статус и конкретные действия.***

*3. Одной из особенностей подросткового возраста является потребность в риске, чаще всего продиктованная  желанием самоутвердиться. Это трудно принять, но единственный способ сделать это – рисковать вместе с ребенком, но на своей территории. Так вы скорее сможете говорить с ним на его языке и дадите ему возможность постоянно удивляться вашей изобретательности.*

*4. Важным будет умение* ***сохранять чувство юмора и оптимизма****. Подросток воспринимает все происходящее с долей трагизма. Поэтому ваше умение разрядить ситуацию может сыграть здесь роль «громоотвода». Однако не стоит высмеивать или подшучивать над чувствами ребенка. Лучше всего сделать это над самой ситуацией.*

***Письмо родителям***

Цель письма состоит в том, чтобы помочь родителям подростков в возрасте примерно 14-19 лет лучше понять своих детей.

Начнем с, наверное, чаще всего встречающейся причины мелких конфликтов между родителями и детьми. **Не стоит говорить подростку при его выходе из дома такие фразы, как: «Ты куда это собрался? Только что пришел из школы и уже уходишь? А уроки???»**. У нас, подростков, в данный промежуток времени характер такой, что даже если ваш ребенок идет к однокласснику усиленно готовиться к предстоящей контрольной по химии, то он все равно не выдавит из себя пару слов, чтобы оповестить вас об этом. Это, конечно, не относится к тем детям, которых мамы до 6 класса за ручку водили в школу, так как «по пути надо два раза через дорогу переходить». Все это (молчание) оттого, что подросткам не нравится, когда родители знают о них все. И возможность скрыть от них хоть эту мелочь, тем самым хоть чуть-чуть почувствовать свою личную жизнь, уже радует.

**Второе «не следует», известное каждому - это чрезмерное волнение родителей за своих чад**. Поймите, в наше время шанс, что на него, не дай бог конечно, после десяти вечера кто-нибудь, к примеру, нападет и ограбит, - равный тому, что это же произойдет и средь бела дня. Но ведь это не значит, что его с 14 до 18 лет не следует выпускать из дома. Тем более что иногда он может постоять за себя гораздо лучше, чем вы, или по крайней мерее быстрее сообразить, куда бежать; ведь вы же не боитесь выходить из дома после одиннадцати. Конечно, я все понимаю, материнские инстинкты и прочее, но перебарщивать не стоит. Я не говорю, что можно круглосуточно разрешать ребенку находиться вне дома (не считая случаи, если вы точно уверены, где ваш ребенок и чем он занят), ведь, как известно, темнота – друг молодежи, и подросток может сам наделать глупостей.

**Третье,** тоже не менее распространенное **«не следует» - это критика стиля вашего ребенка, его вкусов**. Тут вообще можно было обойтись без комментариев. Вам любой психолог скажет, что это у нас самовыражение. Если ваш воспитанник выкрасил волосы в синий цвет, сделал пирсинг и слушает нечто, дерущее барабанные перепонки и отдаленно напоминающее военные кличи австралийских туземцев, это не значит, что вы его плохо воспитали или он просто хочет вам насолить. Просто мы ищем, пробуем что-то новое, пытаемся выделиться. Мы любим шокировать, в конце концов, опять же потому, что это нас выделяет. (Лично от меня: умные подростки, находясь в поисках чего-то нового, приходят к современному имиджу и музыке, совершенно безвредным вещам; а глупые подростки, как это не печально признавать, приходят к наркотикам. Но это уже другая тема.)

**Четвертое, одно из самых главных «ни в коем случае не следует». Уважаемое старшее поколение!** При любых обстоятельствах **воздерживайтесь от высказываний типа «Вот в наше время…», «Я в твоем возрасте…» и «Сталина на вас нет…».** Запомните – то время уже прошло.Как говорится, кто старое помянет, тому глаз вон. То было ваше время, сейчас – наше, так позвольте нам жить в нем по-нашему (в разумных пределах, естественно) и учиться на своих ошибках. На чужих ошибках,  как известно, многому не научишься.

**Пятое.** Обсудим те самые кличи туземцев, о которых говорилось выше. Вам не нравится музыка, которую слушает ваш ребенок? Так может, вы хотите, чтобы он слушал современную попсу, в которой две с половиной ноты под фанеру, и медленно деградировал? А слова? Вы слова попсы этой слышали? Послушайте слова какой-нибудь англоязычной металл-группы (воспользуйтесь словарем, если будут проблемы) и русской попсы. Уверен, вы отдадите предпочтение первому варианту, и даже сами будете покупать ребенку компакты металла. Словарик ему всучивать не обязательно – каждый современный, уважающий себя ребенок знает английский язык. Слава Windows. Но если, конечно, вы хотите, чтобы он слушал Розенбаума, то я никаких возражений не имею, но не удивляйтесь, если он побреет голову налысо и приклеит супер-клеем усы.

**Шестое. Не надо нам угрожать.** Вы этим не добьетесь ничего, кроме колких мыслей в свой адрес. Не надо говорить: «Будешь пить пиво (курить, ругаться матом, пить воду из-под крана, совать пальцы в розетку), я тебя так …(вырезано цензурой), что у тебя …(вырезано цензурой) будет как …(вырезано цензурой)!!!» Ну, или что-то в этом роде. Мы будем протестовать. Мы вообще против всего протестуем. Любим мы это делать. И в знак протеста будем поступать противоположно вашим наставлениям, как бы вы нас не …(вырезано цензурой). Вместо того, чтобы угрожать, просто как-нибудь ненавязчиво поговорите со своим предметом воспитания и не запрещайте чего-то категорически, а просто объясните, когда это можно делать, а когда не следует. Например, так: «Ты, конечно, можешь совать лампочки в рот, но не слишком часто, а то папа замучался вкручивать в люстру каждый день новые». И он прислушается. Ведь вы ему не угрожаете, да и не запрещаете вроде, так зачем тогда это делать, против чего выступать? Да и папу немного жалко.

Этот список можно было бы продолжать еще долго, но основные моменты названы и я надеюсь, каждый примет вышесказанное во внимание, тем самым хоть немного облегчив и так не легкую жизнь себе и своим детям.

***Целевая установка***

***Подросткам, как никому другому, необходима целевая установка****. В период, когда ребенок так много говорит о своей свободе и требует ее, причем не всегда приемлемыми для взрослых способами, установка поможет решить многие конфликты родителей и детей.*

*Внутренний стержень, царь в голове, голова на плечах, ясный разум – как ее не назови, это все равно будет целевая установка****. Заключается она в том, что подросток четко знает, что ему интересно. Идеальный вариант – закладывать ее еще с младшего школьного (или даже дошкольного) возраста, но, коль скоро этого не случилось в подходящий момент, считать подростковый период безвозвратно потерянным нельзя.***

***Занимаясь целевой установкой ребенка, родители должны четко понимать, что им придется пожертвовать огромной массой своего свободного времени.*** *В этот период нет понятия «он взрослый и сам все может». Если подросток проявляет желание заняться спортом, значит необходимо не только поспособствовать его поступлению в хорошую школу (так вы сможете определить его окружение и тренера), но и искренне болеть за его успехи и поднимать повешенный из-за неудач нос. Если увлечением стал компьютер, значит можно показать галереи компьютерной графики или научить писать простенькие программы. Если музыка, то не кружок в школе, а первые «серьезные» записи, которые прослушиваются всей семьей. Кстати, если они действительно того стоят, то почему бы не познакомить чадо со своим школьным товарищем, который тоже когда-то играл?*

***В подростковом возрасте, как бы плоско это не звучало, существует только два направления: на созидание и на разрушение. Оба они очень сильны. Куда потянется ребенок, что будет руководить его действиями в сложнейший жизненный период – во многом зависит от чуткого отношения родителей.***

*Ответственность в мире взрослых.*

***Подросток очень хочет делать все так, как хочется ему, как ему кажется правильным.*** *И в этом он прав – в дальнейшем ему придется так жить. Но тут есть один каверзный момент.* ***К самостоятельности дети готовы, они жаждут ее, а вот к ответственности – нет.*** *И нужно эти понятия соединить в сознании ребенка, пока не поздно.*

***Важно, чтобы подросток помнил о причинно-следственных связях:*** *я сделал это, а в результате получилось так и так. Чтобы не были вокруг плохими учителя, приятели, мама или папа. Если же ему* ***хочется самостоятельности, то разрешите это, помогите советом, но предупредите****, что отныне ваша ответственность делится. И если в результате вечеринки с друзьями будет причинен урон квартире, то с этим придется что-то делать ему самому. А если под книжку захотелось съесть всю сковородку котлет, то, значит, вся семья, в том числе и он, на пару дней перейдут на исключительно овощное меню. Все это не нужно демонстративно и с надрывом показывать, гневно сверкать глазами, раздражаться и нервничать. Любой разумный человек, особенно тот, который всматривается в закономерности происходящего, увидит самый простой пример (а не очень тонкие намеки после трех попущений добрых родителей).* ***Но еще больше он оценит спокойное объяснение этих закономерностей. И если разговор будет вестись мягко и уважительно по отношению к нему – тем лучше он прочувствует сказанное и тем безболезненнее воспримет.*** *Часто понимание своих ошибок скрывается за крикливой бравадой. Либо напоказ отвергается с объяснениями «устаревших взглядов». Но в душе каждый из нас понимает и чувствует происходящее совсем иначе.*