***Конфликт с ребенком-подростком***

Вот они, главные истины эти:

Поздно заметили, поздно учли…

Нет, не рождаются трудными дети,

Просто им вовремя не помогли.

Будьте всегда для своего ребёнка,

 прежде всего старшим, мудрым другом

 и только потом любящей (им) мамой (папой)!

*Принципы общения:*

ДАЙТЕ СВОБОДУ! Свыкнитесь с мыслью, что ваш ребенок уже вырос и более удерживать его возле себя не удастся, а непослушание - это стремление выйти из-под вашей опеки.

НИКАКИХ НОТАЦИЙ! Больше всего подростка раздражают нудные родительские нравоучения. Измените стиль общения, перейдите на спокойный и вежливый тон и откажитесь от категоричных оценок и суждений. Поймите: ребенок имеет право на собственный взгляд, собственные ошибки и собственные выводы.

ИДИТЕ НА КОМПРОМИСС! Все равно ничего не удастся доказать с помощью скандала: здесь не бывает победителей.

УСТУПАЕТ ТОТ, КТО УМНЕЕ! Чтобы скандал прекратился, кто-то первый должен замолчать. Взрослому это сделать проще, чем ребенку с неустойчивой психикой.

НЕ НАДО ОБИЖАТЬ! Прекращая ссору, не стремитесь сделать ребенку больно с помощью язвительных замечаний или хлопанья дверьми. Умению достойно выходить из трудных ситуаций ребенок учится у вас.

БУДЬТЕ ТВЕРДЫ И ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНЫ! Несмотря на вашу готовность к компромиссу, подросток должен знать, что родительский авторитет незыблем.

*Если ссора все-таки разгорелась:*

* Не создавайте «революционную ситуацию», а если создали, разрешайте ее мирным путем.
* Проявите гибкость, измените подход к проблеме, попробуйте посмотреть на ситуацию глазами ребенка.
* Не надо искать виноватого. Спасительная формула для выхода из ссоры: «Мы ссоримся - значит, мы все неправы! Давай подумаем - в чем».
* Управляйте своими эмоциями, переключите их на физические упражнения. Не теряйте чувства юмора, часто мы смотрим на все, что происходит с нами в быту, слишком серьезно. Человек, владеющий чувством юмора, умеет создать комфортное веселое настроение в самые напряженные моменты. Шутка, розыгрыш - отличные средства для того, чтобы овладеть своим раздражением.

*Если ребенок ушел из дома:*

* Не паникуйте. Вспомните, что предшествовало его уходу. Выясните, кто видел его последним. Проанализируйте поведение и высказывания ребенка накануне ухода.
* Соберите сведения об его друзьях и знакомых, местах возможного пребывания. Не поленитесь по возможности их проверить. Выясните, о чем были разговоры, каковы были намерения ребенка в моменты последних встреч с друзьями.
* При обнаружении местонахождения ребенка не спешите врываться туда и насильно его вытаскивать - результат может быть противоположен ожидаемому. Если он находится там не один, побеседуйте со всеми, попробуйте сделать их своими союзниками.
* Вступите с ребенком в переговоры, убедите его выслушать вас и выслушайте его. При разговоре будьте внимательны, предельно откровенны и справедливы. Не прерывайте ребенка, дайте ему выговориться, даже если это будут сплошные обвинения в ваш адрес.
* Если вы в чем-то виноваты, признайте свои ошибки и попросите прощения.
* Старайтесь не обсуждать сложившуюся ситуацию и ее последствия, а обсуждайте пути выхода из нее и варианты вашей дальнейшей жизни.
* В дальнейшем не укоряйте ребенка и старайтесь не возвращаться к обсуждению случившегося. Тем более не стоит рассказывать обо всем родственникам и друзьям. Не исключено, что ваши отношения с ребенком со временем восстановятся, а в их глазах он надолго останется непутевым.
* Попытайтесь помочь ребенку в восстановлении прерванных связей - в возвращении на учебу, работу и т.д. Делитесь с ним своими планами и заботами. Это воспримется им как оказание доверия.

*Рекомендации для родителей:*

- Будьте всегда чуткими к делам своих детей.

- Анализируйте с детьми причины их удач и неудач.

- Поддерживайте ребёнка, когда ему нелегко.

- Старайтесь не ограждать подростка от трудностей, научите преодолевать их.

- Постоянно контролируйте ребёнка, но без гиперопеки.

- Поощряйте даже едва-едва возникшие потребности в знаниях, в гармонии и красоте, в самоактаулизации.

- Рассказывайте ребёнку о своих проблемах, о том, что волновало Вас, когда Вы сами были в их возрасте.

- Покупайте своему ребёнку книги по психологии, самопознанию. Будьте всегда личным примером (учите делами, а не словами).

- Разговаривайте с детьми как с равными, уважая их мнение, избегая нравоучений, криков, назидательности и уж тем более иронии.

- Советуйте следить за своей внешностью.

- Ни в коем случае не запрещайте отношений с противоположным полом, не пресекайте разговоры на темы взаимоотношений мальчиков и девочек.

- Познакомьтесь с друзьями своего ребёнка, просите их информировать Вас о способах времяпровождения, но не превращайтесь в шпиона.

- Помните: недоверие оскорбляет!

Д.Н. Малова, педагог-психолог МУ Центр «Содействие»