**Общение с подростком!**

Многие родители боятся подросткового возраста своих детей. Кажется, что ни один возраст не удостоился такого количества страшилок и мифов, как этот. Чаще всего родители жалуются на нежелание ребенка учиться. Что приходится применять силу, наказывать, уговаривать…

А хотелось бы, чтобы любимое чадо само, без напоминания, шло делать уроки, с удовольствием посещало школу, чтобы в дневнике были одни отличные отметки! Однако родители часто не делают ничего, чтобы вызвать у собственного ребенка интерес к учебе. Куда проще заставлять учиться с помощью шантажа и угроз, но в позднем подростковом возрасте уже перестает работать и этот метод.
 Между тем, соблюдая несложные правила общения с собственным ребенком, этот период может стать залогом прочных будущих взаимоотношений, когда сын или дочь станет вам надежной опорой. Только, чтобы эти правила соблюдать, и самим родителям придется постараться – где-то сдержать эмоции, где-то отказаться от просмотра фильма и вместо этого поговорить и обсудить возникшие у отпрыска проблемы. Это обусловлено тем, что данный период представляет собой один из самых сложных и критических этапов развития человека. Подростки, как правило, с трудом решают свои психологические проблемы. Они конфликтны в социальном взаимодействии, им не свойственно продуктивно выходить из стрессовых ситуаций, для них характерны болезненные переживания и раздражительность, перенос неудовлетворенности собой на окружающий мир, чувство одиночества, боязнь насмешек, повышенная тревога, неуверенность.
 От Вас, дорогие родители, зависит, каким вырастет Ваш ребенок: успешной, состоявшейся личностью или невротическим середнячком. От вас зависит, будет ваш отпрыск помощником и опорой, когда вы выйдете на пенсию, или это вы будете тащить его на своих плечах всю жизнь.
 Как  общаться с ребенком? Как  мотивировать подростка к учебе? Как правильно выбрать профессию? Как сохранить семейные отношения?

**10 советов, как мотивировать подростка к учебе.**
 Для создания мотивации к познанию нового — к учебе, — существуют простые правила. Конечно, чтобы их соблюдать, придется психологически и физически напрячься, но игра стоит свеч.

1. Возьмите себе за правило: ни один вопрос ребенка не должен оставаться без ответа.
 2. Поддерживайте все познавательные увлечения ребенка. Нравится биология  — купите энциклопедию по биологии, ходите вместе (это важно) на публичные лекции, семинары по интересующей ребенка тематике.
 3. Купите автобиографии великих ученых в тех областях, которые  интересуют вашего ребенка. После прочтения книги обсудите ее. Что помогло достичь успехов главному герою в профессиональной деятельности? А ваш ребенок так бы смог?
 4. Поинтересуйтесь атмосферой в той школе, где учится ваш ребенок. Ходите на родительские собрания – это очень помогает в прояснении атмосферы.
 5. Узнайте про ребят в классе. Кто там лидер? Сколько отличников? Как к ним относятся – издеваются над «ботаниками» или уважают? Окружение подростка должно стимулировать его к новым успехам. А если это слабый класс, у подростка не будет мотивации учиться – он и так самый умный.
 6. Нарисуйте вместе с ребенком привлекательную и значимую для него цель, которая будет зависеть от его успехов в учебе. Цель должна быть достижима, конкретна, насыщена яркими положительными эмоциями.
 7. Не реагируйте слишком бурно на плохие оценки, не сравнивайте с братьями–сестрами или одноклассниками. Запомните: в любой ситуации вы – союзник своему ребенку. Найдите правильный баланс одобрения и контроля.
 8. Создайте нужное окружение своему ребенку. Если большинство друзей будет учиться лучше, ваш отпрыск обязательно подтянется – закон социальной психологии.
 9. Спад интереса к учебе может быть обусловлен чисто физиологическими причинами. В этом случае делайте частые перерывы между занятиями, больше отдыхайте.
 10. Запомните главное: умный, одаренный ребенок не всегда имеет хорошие оценки. И наоборот.

**10 советов, как преодолеть кризис в отношениях.**
 Иногда бывает, что, как бы вы ни старались, какие бы хорошие отношения ни были у вас с подростком, возникновение серьезных противоречий все-таки возможно. Здесь нужно помнить следующее: несмотря на то, что у вас разногласия, что вы поссорились, вы должны быть готовы у диалогу, готовы выслушать и пойти навстречу.
 1. Только уважительное отношение и разговор на равных. Приказы должны остаться в прошлом.
 2. Часто подросток начинает требовать разрешить ему слишком много. Поэтому договоритесь с ним — что вы разрешите, что разрешаете  частично, а какие действия невозможны в принципе.
 3. Когда ваш ребенок будет с вами спорить, критиковать вас – относитесь к этому с пониманием. Просите аргументировать свою точку зрения, дискутируйте.
 4. Берите его вещи только с разрешения, стучите в его комнату, прежде чем войти. И упаси бог – читать его переписку в соцсетях. Исключение одно – если вы считаете, что ребенку угрожает опасность. Во всех остальных случаях – только с его разрешения.
 5. Внешность для подростка выступает на передний план. Участвуйте в создании его имиджа.
 6. Вникайте в проблемы своего ребенка, помогайте, подбадривайте, вместе ищите выход.
 7. Сдерживайте собственные эмоции. Не злитесь, не кричите, не критикуйте. Подростковый период сложен не только для него, но и для вас – вам тоже придется менять свое поведение.
 8. Кто бы ни был виноват в испорченных отношениях, именно  вы должны стать инициатором их восстановления. Подойдите и поговорите. Скажите, что сожалеете, любите и готовы к диалогу.
 9. Авторитарность, физическое воздействие, критика и давление должны быть забыты. Раз и навсегда.
 10. Если начались проблемы с подростком – подумайте, все ли у вас гладко в семье в целом. Неосознанно своим поведением он будет стремиться переключить на себя внимание, чтобы у родителей не осталось сил для выяснения собственных отношений.
 *Вот такие советы можно применить, чтобы со временем научиться общаться с ребенком через чувства.* А для лучшего понимания своих детей не нужно искать логическое объяснение всему, что он делает или не делает, а надо его любить. Просто любить. Всяким.