**В контакте с подростком.**

 **Психологи считают, что отдаление ребенка от родителей - необходимый для него этап развития. Но значит ли это, что подростку вообще больше неинтересно общаться с мамой и папой? Можно ли найти точки соприкосновения?**

Повзрослевшие дети не очень-то стремятся проводить время с родителями. Найти свое место в мире – вот что сейчас важно для ребенка, а мир этот состоит преимущественно из сверстников. Но есть несколько простых шагов к сближению родителей со своим чадом.

 **\* *Проведите Внутренний аудит.***

Прежде всего, нужно честно признаться себе, чего вы на самом деле хотите. Ведь за желанием быть рядом нередко кроются повышенная тревожность и собственные проблемы. Подросток это чувствует и сопротивляется.

 **\**Не играйте роль сыщика*.**

 Не вытягивайте интересующую вас информацию из ребенка. Если ребенок считает, что это «не вашего ума дело», вы ничего не добьетесь , кроме раздражения со стороны ребенка.

 \* ***Избегайте скрытых упреков.***

Вы стыдите его и пытаетесь заставить чувствовать себя виноватым за то, что он причиняет вам боль. В ответ получите агрессивную или пренебрежительную реакцию. Это защита или сигнал, что ребенок все еще зависим от вас. А упреки сильно травмируют его.

 \* ***Не читайте нотаций и не сравнивайте его с другими подростками***.

Подросток не желает идти в гости в вашим друзьям ( такая прекрасная, интеллигентная семья, и сын у них учится в МГИМО), в театр, на выставку . Любое желание приблизить вашего ребенка к образу «хорошего мальчика» ( или девочки) , вызывает у подроста приступ злости.

 \****Не ревнуйте его***.

На данном этапе друзья для него важнее семьи. Но чем чаще вы будете его упрекать в отсутствии внимания к семье, тем быстрее ребенок станет отдаляться от вас... Но однажды он вырасти, и, обязательно, все поймет.

***Подростку интересен взрослый, который* …**

**-** умеет поддерживать разговор о важных вещах, не оценивая, не давя авторитетом, а просто и спокойно выражая мнение;

- считает его априори хорошим;

- «живет своей жизнью, причет с удовольствием».

 Прощаясь с детством, подросток свергает родителей с пьедестала и вам придется подключаться к его жизни там, где он разрешает.

 - Поддерживайте ребенка в важных для него проектах, там, где он чувствует себя значимым;

 - оставляйте свои конфликты за порогом: семейные ужины станут кошмаром , если за столом собираются недовольные люди;

 - вовлекайте подростка в планирование семейных поездок;

 - станьте участником его проектов: видеоблогов, ведением сообществ с мемами или маникюром, разрешайте ему экспериментировать на вас. Если вам неинтересно его увлечения, не претворяйтесь. Если вы не разбираетесь в его предмете, попросите объяснить. Слушайте внимательно, не критикуйте, не говорите, что он занимается глупостями.