На появление недопониманий и конфликтов между вами и вашим подростком влияет ваша жажда власти над ребенком. Ведь пока он был маленький вы чувствовали себя чем-то большим. Принимали за него решения, при чем решения всегда согласовывались с вашими желаниями. У вас всегда спрашивали разрешения что-либо сделать и т.д В общем от вас зависло очень многое. И вы чувствовали себя хозяевами положения. Достаточно признаться самим себе: «Да, это действительно так. Мы родители) хотим властвовать и контролировать наших детей, потому что таким образом мы подтверждаем свою значимость.» Но я лично не уверена, что вы в этом признаетесь, хотя бы себе, потому что это вас компрометирует. Не так ли?

**«Психологическая помощь родителям.**

**Конфликты между родителями и детьми. Советы психолога»**

Но дети растут! И заметьте, что сейчас слишком много информации, дети узнают раньше, чем это было тогда (лет так 20 назад) о сексе, о контрацепции, о матершинных словах, о насилии и т. д. Они узнают об этих вещах не от вас, а из интернета, от друзей, из кино.

При чем информации в их нежный мозг идет очень много -они узнают много полезного и в то же время еще больше не полезного. И наверное, сейчас вам станет обидно, потому что если бы вы рассказывали об этом своим детям, то еще хоть как-то регулировали поток информации. Но вы ее регулируете лишь отчасти: «Помой посуду, приберись в комнате, учись хорошо, все мужчины - сво..., ты такой же как твой отец, не умничай, посмотри на свое поведение!» и еще много чего такого, что им не следовало бы слышать и знать». Я вовсе не хочу обвинить вас в том, что вы дне правильно воспитываете, я просто хочу показать хотя бы через текст, как это выглядит со стороны, и надеюсь, что вы задумаетесь и решите для себя начать относиться к своему ребенку по-новому или если что-то новое окажется для вас слишком трудным решитесь обратиться за помощью к психологу.

В этой статье мы рассмотрим как вы ведете себя с вашим ребенком. Не обязательно, что все пункты вам подойдут, но в каком-то пункте вы себя узнаете.

***«В нашей семье много традиций...»***

Я не отрицаю, что традиции в семье это плохо, нет это замечательно, потому что в такая семья знает, что ей делать в любой жизненной ситуации. Но, согласитесь, традиции бывают разные...

Например, взаимоотношения с ребенком построены по принципу «должен» и «обязан». Ваш сын хочет играть в баскетбол, а вы считаете, что настоящий мужчина должен ходить в секцию бокса. В итоге сын пойдет туда, куда вы ему скажите, но он будет пропускать занятия, и его неудачи в этом виде спорта будут только занижать его самооценку. Вместо того чтобы принимать свою уникальность, ребенок чувствует ущербность, страх не выполнить какое-либо упражнение. Комплекс неполноценности надежно закрепляется, распространяясь на все жизненные обстоятельства и в будущем ему наверняка понадобится помощь детского психолога. Не нужно заставлять ребенка выполнять ваши мечты, для этого существуете вы сами, чтобы их исполнить. Поистине прав был философ, сказав, что дорога в ад устлана благими намерениями.

***Ваши эмоции становятся эмоциями ребенка.***

«Смотри, как мне плохо, когда ты...» или «Таким поведением ты добьешься моей смерти» —знакомые многим слова. Нередко вы играете роли. Ворчливость, высмеивание ребенка на людях —типичны тому пример. Если вы сами не разобрались почему у вас возникают эти эмоции, значит вы не можете их контролировать и бессознательно переносите их на ребенка (заявляя себе : поведение моей дочери «это» вызвало). Но вы только подумайте: вы самый близкий и значимый для вашего сына или дочери человек. От вашего мнения много зависит. И конечно же в глубине души ребенок постоянно чувствует обиду на взрослых, злость, желание отомстить, страх, а вдруг беда действительно случится. Детская тревожность и страх не соответствовать родительским ожиданиям постепенно перерастают в агрессию, с которой позже вы обращаетесь за помощью к психологу с недоумениям и желаниями, чтобы ее не было. Все это ведет лишь к побегам из дому и не уважением вас.

***Приказы и открытые угрозы не на пользу вашим взаимоотношениям с ребенком.***

Вы привыкли за словом в карман не лезть, говоря ребенку: «Сейчас же иди...» или «Если ты не пойдешь в школу, то я...». Ребенок открыто боится, зажимается, потому и выполняет приказания родителей. Когда он делает что-либо неумело, то вы его строго наказываете или говорите обидные слова. Так появляются детстве неврозы, а невротичные дети с патологическим страхом наказания обычно мало улыбаются, вообще не смеются, ходят сутулясь, мелко семеня ногами. Сталкиваясь с таким обращением с детьми, я говорю родителям, что намного проще приказывать и бранить, чем убеждать и направлять. Искусству общения, приносящему здоровье, необходимо учиться долго, иногда всю жизнь, иногда и с помощью специалиста.

***Вы не считаете, что ребенок может иметь что-то личное.***

Я не знаю как вы, но многие родители читают письма и записки детей, просматривают их карманы и портфели, что совершенно недопустимо. Принцип таких родителей —контроль, контроль и еще раз контроль. Ребенок уже давно вырос, а ему все еще указывают, с кем дружить, во сколько приходить и т. д. У такого ребенка вырабатывается страх перед собственной ответственностью. Он все время боится ошибиться, принять неверное решение, по нескольку раз переспрашивает. Помните, что даже совсем маленькому существу необходима личная жизнь, собственное духовное и психологическое поле. Только тогда момент взросления, а соответственно избавления от тревожности и детских страхов пройдет нормально и без помощи психолога.

***Отдаленность родителей.***

Вы ходите в гости, театр или ездите отдыхать, но без детей. Я могу преувеличивать сейчас, но задумывались ли вы о том, что ваш ребенок может ощущать себя брошенным, ему не с кем поговорить о своих проблемах и тревогах, в то время как вы в разъездах. У таких детей появляется страх одиночества и они ищут бесплатной помощи у психолога. И они не могут заплатить за психологическую помощь. Поймите, никто не будет помогать вам бесплатно, ведь вы тоже получаете зарплату за свою работу. Если вы не хотите лезть в дела вашего подростка, то тогда помогите ему получить помощь у специалиста. Ваша отстраненность имеет все предпосылки к тому, чтобы ребенок бежал от собственных проблем с алкоголем или наркотиками. Наркотики, как и алкоголь, — это маскировка страхов, желание заглушить их, забыться на время, почувствовать себя сильным. Но это, конечно, лишь иллюзия. Это был самый безнадежный вариант. Понятно, что у вашего ребенка есть друзья и Он ищет у них эмоциональную поддержку, но если бы эта поддержка работала, но они не обращались бы ко мне за помощью.

**Заключение.**

Следует помнить, что любовь —это не врожденное чувство, а приобретенное в процессе жизни. Любовь — это универсальное средство от всех болезней, а особенно психологических. Поэтому если вы по разным причинам не можете уделить ребенку много времени, поговорить с ним о его проблемах, то следует хотя бы оплатить курс семейной или индивидуальной психологической помощи или на крайний случай завести животное, чтобы ребенок реализовал свои нежные чувства, ухаживал за ним.

**Дружба и любовь —**

**вот все, что нужно**