

## **Как помочь выросшим детям найти общий язык с родителями.**

По мере того как ребенок взрослеет, меняются условия его жизни, структура его взаимодействия с окружающими людьми. Подросток – это больше не ребенок, который полностью зависит от взрослых и вынужден следовать их решениям. Он сам начинает ощущать себя взрослым, требует, чтобы с ним общались на равных.

Стремление к независимости и самостоятельности у подростка ярко выражено. Но у него пока еще мало жизненного опыта, он воспринимает мир слишком контрастно, категоричен в своих суждениях, и из-за этого возникают конфликты с родителями..

Основная причина конфликтов – отсутствие взаимопонимания. Родители видят, что их ребенок взрослеет, претендует на равноценные отношения, и в какой-то степени начинают относиться к нему как к своим сверстникам. Они ждут от него того же уровня понимания.

Но при этом в реальности понимание родителей и подростка находится на совершенно разном уровне. То, что для взрослых совершенно очевидно, для ребенка далеко не так однозначно. И, напротив, там, где взрослые рассматривают ситуацию с разных сторон и не спешат принимать окончательное решение, подростку кажется, что всё предельно ясно. У него нет жизненного опыта, а внутри у него происходит эмоциональный шторм. В таком состоянии легко совершить ошибку.

Найти общий язык родителям и взрослым детям сложно, если родители до сих пор относятся к ним, как к маленьким, сохраняя позицию "Родитель - Ребенок", то есть до сих пор считают, что им можно командовать, кричать, указывать и это, думают, норма и так должно быть всегда.

Чтобы окончательно не потерять взаимоотношения со своими взрослыми детьми, нужно перейти, как бы им этого не хотелось, из роли Родителя в роль Друга. И стать друг по отношению к другу на равных.

И только если родители смогут "спуститься" с уровня стать равными, только тогда взаимопонимание, общий язык со взрослыми детьми возможны. И при таких, новых отношениях, к которым нужно будет родителям привыкнуть со временем, уважительно относясь друг к другу и к решениям, которые будут дети принимать самостоятельно, родители могут лишь дать совет, если дети его попросят, и не будут навязывать свою точку зрения, как единственно правильную. Дети сразу почувствуют перемену в отношениях в лучшую сторону и оценят это обязательно.

Несколько полезных советов помогут найти общий язык с ребенком:

- Будьте с ребенком на одной волне. Интересуйтесь тем, что с ним происходит. Но не в приказном тоне, не для того, чтобы осудить. Покажите, что вы на его стороне, вам интересна его жизнь.
- Постепенно переходите от формата общения «взрослый – ребенок» к формату «взрослый – взрослый».

- Дружбу между родителями и детьми хорошо укрепляют общие интересы. Избегайте навязывать ребенку то, что нравится вам, или то, что вы считаете полезным. Попробуйте его увлечения, они могут вам понравиться.

- Не делайте выводы на эмоциях, с позиции взрослого. Сначала нужно разобраться, что происходит с ребенком.

- Чаще разговаривайте, задавайте вопросы, пытайтесь вникнуть. Многие вещи могут быть для вас неочевидными. Ведь даже взрослые зачастую не могут понять друг друга без объяснений.

- Если хотите донести до ребенка свою позицию – разговаривайте, терпеливо объясняйте. Если он не согласен – не давите, предложите обсудить.

- Подавайте собственный пример. Всегда задавайте себе вопросы: «То, что я делаю – как это потом будет моделировать мой ребенок?», «Чему его научит мой пример?», «Будет ли это для него полезно и эффективно?».

Не стоит торопить события: понимание подростка поднимется до уровня взрослого, но это произойдет потом. Всему свое время.

.