**Как наладить отношения с родителями: 10 полезных советов, которые помогут вам сблизиться**

Иногда общение с родителями носит поистине катастрофический характер. Может быть, потому, что мы более чувствительны к их оценкам и замечаниям, наши реакции на них более эмоциональны.

Странно, но то, что мы с легкостью прощаем посторонним людям, в родителях мы часто не переносим. По мере взросления и получения опыта, мы часто отходим от родителей или от одного из них.

Ведь редко какое важное жизненное событие проходит без комментария старших. Они желают обсуждать наши успехи и падения, приобретение профессии, поездки и отдых, школу, уборку в квартире, выбор компании для общения, стиль одежды, подарки, отношения, чувства… И возникает вопрос: как наладить отношения с родителями?

Многие дети даже не задумываются, что взаимоотношения в семье почти в равной степени зависят от поведения как взрослых, так и детей. Позиция, что от нас ничего не зависит, а лишь родители должны понимать и принимать нас такими, какие мы есть, всегда идти на уступки и искать компромиссы, неверна. Очень часто именно в ваших руках находится способ решить сложности, возникающие с самыми близкими и родными людьми.

Рассмотрим несколько советов, которые дают психологи. Следуя им, вы будете способствовать восстановлению дома мирной, комфортной психологической обстановки, полной взаимопонимания и любви.

Во-первых, советы родителей нужно воспринимать серьезно. Демонстрируйте им, что вы внимательно слушаете и принимаете то, о чем они говорят. Помните, у них большой жизненный опыт и они хотят дать вам самое лучшее, помочь избежать ошибок.

Во-вторых, нужно осознавать те различия, которые есть между вами. Важно любить их такими, какие они есть. Ведь родители многим в жизни пожертвовали для того, чтобы обеспечить вам достойную жизнь. Если вы будете с уважением относиться к их образу жизни, тогда и они ответят взаимностью в этом вопросе.

В-третьих, нужно уделять родителям больше времени. Внимательно выслушивайте их, нужно быть в курсе последних событий. Находите время для совместного времяпровождения.

В-четвертых, поддерживайте своих родителей. Если вы видите плохое настроение, то стоит спросить, с чем это связано. Выплеснув эмоции, им станет легче, таким образом, можно продемонстрировать заботу и любовь.

В-пятых, родителям нужно делать подарки. Это не обязательно должны быть грандиозные дары, достаточно приятных мелочей.

В-шестых, обязательно нужно говорить о своей любви к родителям. Они должны знать, что важны вам. Говорите о том, что гордитесь ими, что это самые дорогие люди для вас. Доверительные отношения выстраивать непросто, но необходимо.

В-седьмых, не забывайте про чувство юмора. Смех - показатель хорошего отношения между людьми. Рассказывайте забавные истории, новые анекдоты. Расскажите про курьезную ситуацию, в которую вы или ваши друзья попали в школе. Кроме всего прочего смех помогает сглаживать конфликты и снимать напряжение.

Старайтесь оживлять воспоминания. Чем старше человек, тем важнее для него хорошие воспоминания. Яркие образы прошлого помогают человеку осознать, что жизнь прожита не зря. Эти воспоминания можно пробудить разными способами. Например, просмотрите вместе семейный фотоальбом. Расспросите родителей о людях на фото, которых вы не знаете. Попросите их рассказать о вашем детстве.

Найдите общие интересы. Папа чинит машину самостоятельно? Прекрасно! Предложите свою помощь! Мама обожает ухаживать за домашними цветами? Проведите немного времени, занимаясь совместно ее хобби. Совместная деятельность делает людей ближе, помогает им понять друг друга, увидеть, как они значимы друг для друга!