

Рекомендации от психолога подросткам Отношения с родителями

1. Проявляй участие к своим родителям. Они устают на работе, дома. Порадуй их чем-нибудь. Это помогает наладить контакт.
2. Постарайся объясняться с родителями человеческим языком - это даст лучший результат, нежели крики и хлопанье дверьми.
3. Попроси родителей рассказать о своей юности, о конфликтах с родителями. Это приведет к более глубокому пониманию между вами.
4. Помни, что иногда у родителей бывает просто плохое настроение. Постарайся не устраивать в это время дома шумных вечеринок.
5. Если родители ведут себя с тобой, как с маленьким ребенком, напомни вежливо им, что ты уже повзрослел и хотел бы вместе с ними решать проблемы, связанные с твоей жизнью.
6. Дай понять родителям, что ты нуждаешься в их совете и помощи. Это поможет установить дома благоприятную обстановку.
7. Разговаривай со своими родителями, сообщай им новости твоей жизни.
8. Старайся не обманывать родителей. Тайное все равно становится явным.
9. Помни, что родители тоже могут совершать ошибки. Будь снисходителен.
10. Родительский запрет чаще всего оказывается правильным решением. Задумайся, что бы произошло, если бы тебе было позволено все!
11. Если произошла ссора, и ты чувствуешь себя виноватым, найди в себе силы подойти первым. Уважение ты не потеряешь, поверь.
12. Установи с родителями границы личной территории, но не раздражаясь, не требуя. Просто попроси их об этом.
13. Работа по дому служит отличной подготовкой к самостоятельной жизни. Отнесись к ней с пониманием.
14. Возвращение домой к определенному времени — это способ оградить тебя от неприятностей, то есть, мера безопасности. Если задерживаешься, обязательно позвони, они же волнуются! Побереги их для себя.



О наказаниях

Родители могут прекратить поощрения, отлучить тебя от друзей. И все это может произойти, как ты считаешь, из-за пустяка. Родителей же этот "пустяк" может вывести из себя. Подумай, может быть, родители видят опасность, которую ты либо не осознаешь, либо приуменьшаешь.

Проси, чтобы родители объясняли мотивы своего поведения по отношению к тебе и твоим друзьям. Может быть, тебе станет понятно, почему они поступают так или иначе.

Если ты зол на кого-либо из друзей, учителей, раздражен на грязь, слякоть, а также на "двойку", поставленную "ни за что", не срывай зло на родителях. Это не благоразумно и приводит к печальным последствиям.

Если родители решили разводиться, конечно, — это особый случай. Стоит понимать, что отец и мать — самостоятельные люди, они должны все решить сами. Тем более люди со временем меняются, поэтому нельзя винить родителей за то, что они утратили любовь друг к другу. И главное — запомни: родители разводятся не из-за тебя! Ты в этом не виноват!

