



Психологическая копилка для подростка

«ОТЦЫ И ДЕТИ ИЛИ КАК ПОНЯТЬ РОДИТЕЛЕЙ»

Составитель педагог – психолог А.В. Букатина



Советы для подростков

Подросткам и родителям зачастую нелегко бывает понять друг друга, а еще сложнее прийти к компромиссному решению по какому – либо вопросу. Разговор, начатый в спокойном состоянии может перейти в ссору с криками, раздражениями, обвинениями в адрес друг друга.

Успокоиться и думать разумно, реально оценивая ситуацию очень сложно и подростку, и родителям. Подростку в силу особенностей этого возраста, стремления выйти из под опеки взрослых и желания решать все самому, а родители порой боясь уронить свой авторитет отстаивают свое мнение несмотря ни на что.

Так как же все - таки услышать и понять друг друга.



- Когда ты начинаешь взрослеть и родители чувствуют, что что-то в ваших отношениях неумолимо меняется, то происходит следующее. Либо родители считают, что имеют полное право управлять тобой так, как им вздумается, и воспитание становится авторитарным: родители заставляют тебя поступать в жизни так, как поступили бы они, и никак иначе.





- Или же, наоборот, родители начинают бояться оказаться несостоятельными в общении с тобой, стараются «не отстать» от тебя. Иными словами, у них опускаются руки и воспитание становится «либеральным». В этом случае они могут просто потерять свой авторитет.





- **В результате ваши отношения портятся, и хуже от этого не только им, но и тебе... Так что же делать? Как выбраться из этого порочного круга?**





- На самом деле, все довольно просто. Да, твои родители другие, они не такие, как ты, но налаживать отношения с ними все равно нужно, от этого вы все только выиграете. И лучше переходить на «демократический» уровень общения сейчас,

пока не стало слишком поздно, и ты понял(а), как много времени провела в ссорах вместо того, чтобы жить в мире и согласии. Вот советы, которые, возможно, помогут тебе наладить взаимоотношения с родителями.



Как тебе общаться с родителями

Совет первый:

узнай их получше.

Понять - значит принять. Почти всегда проблемы с родителями возникают из-за непонимания. А для того, чтобы лучше понять их, родителей нужно знать, а самый лучший способ для этого - узнать об их детстве.

Тут есть один важный момент: ты сначала можешь решить, что тебе это неинтересно. Но если тебе удастся перебороть в себе это неприятие их, ты не пожалеешь.

Узнав, как прошло детство родителей, ты поймешь, что на самом деле разница между тобой и ними не такая уж и большая: наверняка в твоём возрасте они на многое смотрели так же как ты, но только сейчас они не помнят или не хотят помнить об этом.

Но даже если они тогда не были похожи на тебя, то все равно ты узнаешь много нового и полезного для себя. К тому же, ты сможешь лучше понять и свою собственную жизнь, ведь хочешь ты того или нет, жизнь твоих родителей и их мироощущение накладывают отпечаток и на тебя...



Совет второй

- общайся с родителями .
- Конечно, довольно тяжело начинать рассказывать им о себе всё, да это и не нужно: **главное - это процесс общения**, пусть недолгий, за обедом или ужином, но регулярный и, по возможности, в благожелательной манере. К тому же, с чего ты взяла, что тебе нужно только рассказывать? Поинтересуйся делами родителей на работе: вполне может быть, что среди этой пусть непонятной или скучной информации ты все же сможешь найти что-то интересное о папе или маме. В любом случае, хуже тебе от этого точно не будет.



Совет третий

Веди себя достойно.

- Как твои родители могут общаться с тобой на равных, если чуть что, ты постоянно капризничаешь, словно годовалый ребенок? А вот если ты научишься брать свою волю в кулак и достойно ответить даже на не совсем корректные замечания родителей, то они волей-неволей зауважают тебя. Человек, которые общается спокойно, без крика, вызывает уважение.



Совет четвертый

: докажи им, что ты уже взрослый(ая).

Как ты, наверное, догадываешься, для этого совсем необязательно носить те же туалеты, что и твоя двадцатитрехлетняя сестра, курить или ругаться матом. Доказать свою «взрослость» можно, пожалуй, только своей самостоятельностью.

Если ты начнешь вставать по утрам сам(а), по звонку, а не под мамины покрики; если станешь сама готовить еду в отсутствие родителей, если найдешь возможность сам(а) зарабатывать деньги на карманные расходы - этим ты гораздо вернее докажешь родителям, что уже вырос(ла).



Совет пятый:

- помни, что ты для родителей - всегда ребенок.
- Сколько бы не прошло лет, ты всегда останешься для своих родителей пятилетним ребенком. Они ничего не могут с этим поделать, даже если очень захотят: родительская функция закреплена в людях генетически в течение миллионов лет, и никакие доводы рассудка тут ничего не изменят.



- Поэтому постарайся принять это как данность и не обижайся, когда они в очередной раз начнут учить тебя жизни. Они хотят тебе добра, и лучшее, что ты можешь сделать, это своей самостоятельностью доказать, что воспитывать тебя больше не нужно. Но лучше все равно на это не рассчитывай: они будут воспитывать тебя всю жизнь. Такая уж у родителей генетическая миссия!



- Родители
недовольны
твоими
успехами в
учебе....



Что же делать?



- Не жди, когда родители наткнутся на твой дневник или учитель позвонит им из школы. Лучше всех опередить и начать разговор самому.

Объясни, почему оценки оставляют желать лучшего, и подробно распиши, как ты собираешься исправлять ситуацию. Самое сложное убедить их, что ты сам справишься с проблемами в учебе.





- Если тебе удастся еще и выполнить обещание, родители начнут тебе доверять. Только не дерзи и не груби, отстаивая свои права на самостоятельность. *Если ты не выполнишь обещание, они имеют право не доверять тебе.*





Родителям не нравятся твои друзья...

- Если родителям не нравится твой друг, они постоянно будут говорить о том, что он тебя испортит. А если он (она) позвонит, скажут, что тебя нет дома или ты очень занят. Неприязнь родителей только подогреют твои фразы типа «Мне лучше знать, с кем дружить!». Ты просто настроишь родителей против себя и друга.

Убеди их в том, что твои друзья — это люди, с которыми тебе интересно, что общение с ними дает новую информацию, статус в классе, ощущение собственной значимости, возможность отдохнуть и т. д.





Коротко о главном

- **1. Жизнь дома**

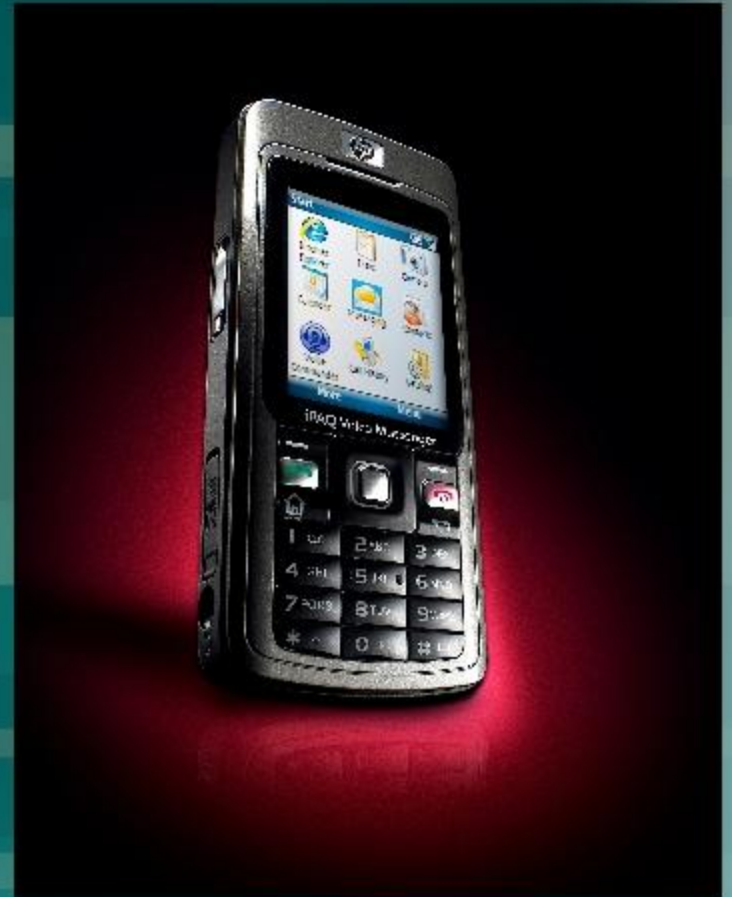
У каждого
должны быть
свои
обязанности.
Выполняй свои
и живи
спокойно. Не
выполнил –
объясни почему.



2. Комендантский час, или поздние прогулки



- **Комендантский час** – это мера безопасности, а не способ пытки. Объясняя родителям причину задержки, и ты добьешься послабления режима. В любом случае, предупреди родителей о своей задержке.





3. Наказание

- Родителям сложно определить, какое наказание будет эффективным и достаточно серьезным. Договорись о способах наказания и не сердись, если сам лично его заслужил.



4. Попробуй сам найти путь к пониманию с родителями!



5. Не бойся показать свою уязвимость



- Расскажи родителям, на что ты сердишься и почему обижен. Только не впадай в гнев или истерику. Скажи, что нужно тебе. Вы обязательно договоритесь!



6. Не хватает смелости в открытую вести диалог с родителями? Напиши им письмо!



- Родители, возможно, не знают всего на свете, но, тем не менее, они знают все-таки больше, чем ты. Иметь родителей-друзей гораздо выгоднее.

Попробуй стать их другом!





*Желаю вам найти
взаимопонимание с вашими родителями
и жить в гармонии с самими собой.*

