

# РЕКОМЕНДАЦИИ ПСИХОЛОГА ПО ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ ПОДРОСТКОВ С РОДИТЕЛЯМИ

1. Проявляй внимание. Интересуйся, как самочувствие, как дела на работе и т.п. Чем ты старше, тем острее родители переживают твой отход из семьи. Они боятся стать тебе ненужными. И порою, их мелочные придирки и навязчивые вопросы – только средство обратить на себя внимание.

2. Расспрашивай родителей об их прошлом. Люди очень благодарны тем, с кем они могут отправиться в обратное путешествие во времени. Кроме того, ты можешь узнать много неожиданного для себя. С удивлением откроешь, что и у них были схожие проблемы.

3. Создавай атмосферу доверия. Рассказывай о себе. Безусловно, ты имеешь право на личную жизнь. Вовсе не обязательно выкладывать все, как под пыткой. Но если ты будешь молчать, как партизан на допросе, родители могут вообразить, что ты куда более страшный грешник, чем есть на самом деле.

4. Разрушай страхи. Родители начитаны - насыщены всяких кошмаров о современной молодежи. Познакомь домашних с друзьями. Попроси папу посетить с тобой тренировку. Пусть близкие убедятся: ничего дурного вы не делаете! А если вам действительно невозможно посвятить во что-либо мать или отца, подумайте хорошенько: а вдруг это «что-либо» и впрямь недостойное занятие?

5. Помогайте родителям формировать их родительский образ, как образ идеального воспитателя, с которым можно посоветоваться, которому можно доверять.

6. Доказывайте, что вы «не один такой».

7. Если хотите узнать реакцию близких на какое-то ваше решение и боитесь, что она будет резко отрицательной, изберите метод косвенной консультации. Расскажите о своем друге или подруге, что попали в трудную ситуацию. Попросите совета. Скорректируйте свое поведение, согласно услышанному. Это поможет избежать крупного скандала. Учтите, ваши родители гораздо легче отнесутся к проблемам ваших друзей, чем к вашим. За чужого не так больно и стыдно, как за своего.

8. Если вы хотите попросить о чем-то важном для вас, не обрушивайте требования внезапно, как кирпич с крыши! Начинайте исподволь. Докажите, что ваше увлечение серьезно.

9. Не требуйте самостоятельности – проявляйте её! На деле докажите, что вы взрослый, достойный доверия человек. Держите свое слово! Договоритесь: «буду в десять». И придите без двух минут – мама будет счастлива. Возьмите часть домашних забот на себя добровольно. Если человек ведет себя как взрослый – к нему и относятся соответственно.

Да, чуть не забыли! Десятая заповедь:

10. Не убий.