



чтобы выйти из подобных ситуаций, воспользуйся некоторыми практическими советами:

1. Тебе нужно что-то от родителей – не скандаль, учись договариваться. Договор должен быть в пользу обеих сторон. Тебе хочется купить обновку – пообещай, что - то взамен, и выполняй обещанное, без напоминаний. Выгодно и тебе и родным. Твоя задача, – не убедить всех в своей правоте, а заинтересовать их в своем предложении.
2. Если с тобой говорят повышенным тоном, не огрызайся, не кричи и не злись. Чем доброжелательнее и спокойнее ты будешь говорить, тем быстрее беседа даст результат. При этом необязательно уступать во всем, можно согласиться с некоторыми пунктами.
3. Если интонации взрослых тебя все равно обижают, попробуй разрядить обстановку, переключившись с обсуждаемой проблемы фразой «Мне обидно, что на меня кричишь, давай поговорим спокойно».
4. Фразы типа «Вам все равно не докажешь» или «Ты никогда меня не понимаешь» только подольют масла в огонь.
5. Если родители переходят к обобщениям, старайся удерживать разговор вокруг конкретного вопроса. Очень хочу пойти к подруге, приду вовремя, перезвоню, буду аккуратна и т.п. Только потом не забудь сдержать обещание.
6. Наедине с собой подумай, в чем родители правы, споря с тобой. Тебе кажется, что признать себе самой в собственной неправоте легче, чем вслух маме с папой? Ерунда – признавайся на всю катушку, это выгодно: в следующий раз тебя будут больше уважать, и от крика перейдут к настоящим аргументам.
7. Если родители не должны применять по отношению к тебе физическую силу, то и ты не должна их на это провоцировать!
8. Даже если взрослые совершили явную глупость или грубость по отношению к тебе, оставь им пути к отступлению (они, наверняка, уже сами почувствовали, что переборщили). Скажи им, что ты все равно их любишь, и предложи поговорить спокойно.

Надеемся, что эти советы помогут тебе смотреть на семейные ссоры под другим углом зрения.

КАК НЕ ССОРИТСЯ С РОДИТЕЛЯМИ

рекомендации подростку

Совет. Сядь в своей комнате, успокойся и попробуй разобраться, почему папа с мамой поступают с тобой именно так, а не иначе. Посмотри на ситуацию со стороны, представь, что бы ты делал на месте родителей? Или войди в роль инопланетянина, который наблюдает за жизнью землян и пытается понять их поведение. Задай себе разные вопросы и ответь на них. Например, почему это ее не пускают на улицу вечером? Им же лучше будет – отдохнут, пообщаются между собой. Неужели, и правда, боятся?

ЕЩЕ КАК БОЯТСЯ!

Откуда им знать, готов ли ты по-взрослому поступить в трудный момент? Родителям потому и не страшно идти на скандал с тобой: подумаешь, обидится, зато будет жив и здоров, а это главное.

Если из дома выгоняют твоих друзей, отнимают ноутбук. Может, здесь родители и неправы, пусть сила – не главный аргумент, но понять причины этих действий, в принципе, можно. Если в какой-то момент папе с мамой показалось, что ты сбился с пути (дурная компания, плохие оценки, учителя жалуются), они приходят в отчаяние, им страшно бросить тебя «на произвол судьбы». Вот и действуют, как спасатели на берегу – хватают за волосы и тащат из воды (пусть больно, зато жив будет!). А потом выясняется, что ты и не собирався тонуть. В итоге обидно всем.

Педагог-психолог Наталья Алексеевна Делидова. Ашап.



