

**Памятка – советчик подростку  
по взаимодействию с  
родителями**



1. **Пойми своих родителей!**

Когда ты был маленьким, то наверняка гордился, что твой отец делает для тебя лучшие кораблики, а мама печет самые вкусные пирожки. Теперь родители смущают тебя: они либо слишком «модные», либо совершенно не «модные», и ты боишься, что друзья посмеются над тобой. Ты повзрослел, а они забыли или не хотят вспоминать, какими подростками были сами. А если и помнят, то доносят до тебя только свои подвиги. А если бы они были искренними, то рассказали бы, как всю ночь напролет танцевали на дискотеке, болтались с друзьями по улице и ни во что не ставили своих «предков».

Не веришь, порасспроси своих дядю или тетю.  
Родители просто не хотят, чтобы ты увидел их не в идеальном виде.  
Сами расспросите их о юности и попросите быть искренними и честными. Пусть вспомнят, как сами восставали против своих родителей, искали свое «я», вспомнят свои глупости. Может они поймут, что если даже и доставляли своим «предкам» хлопоты и беспокойство, сейчас у них все хорошо. Может быть, они дадут тебе право на сомнения, ошибки и неудачи (в пределах разумного, неопасного для жизни и здоровья, пойми и их...). И вы сможете вместе обсудить возникшие проблемы.  
Доверьтесь их опыту, они такое уже переживали!  
В нашем бурном мире существует только одна надежная гавань – ваши родители!
2. **2. Как мирно сосуществовать с родителями**

Родители набросились на тебя из-за какой-нибудь мелочи...

Это вовсе не значит, что они плохие родители и тебя не любят. Может быть, у них проблемы на работе, или они устали. Так что если мама приходит домой и говорит, что на работе дела идут неважно, или отец появился с мрачной физиономией, старайся держаться от них подальше. И не стоит в такой момент клянчить деньги на кино или концерт и жаловаться на младшую сестренку, которая взяла твою любимую майку... Лучше вырази готовность помочь в чем-нибудь, посочувствуй: «Все образуется, мама!»  
Покажи им, что ты переживаешь за них!
3. **3. Изучай своих родителей...**

Мы подчиняемся своим родителям. Любим их, ссоримся с ними, но очень редко пытаемся узнать их, их прошлое, их надежды и принципы. Попроси рассказать о прошлом – многое поймешь в их поведении.  
Когда у тебя появится возможность, спроси родителей об их юности.
4. **4. Общение – вот что важно...**

Основа любых хороших взаимоотношений – между родителями и детьми, между влюбленными и друзьями – это общение. Если твои отношения с родителями складываются неудачно, ты должен сам попытаться найти ключ к общению. Постарайся быть немного терпимее и ни в коем случае не веди себя заносчиво и нагло. Требовать, скулить, визжать – значит, вести себя по-детски. Ты ведь хочешь убедить родителей в том, что с тобой надо обращаться, как с взрослым. Это очень нелегко, но попробуй справиться!

Когда родители начинают понимать, что ты уклоняешься от общения с ними, они начинают активно расспрашивать о твоих делах.  
Имеют ли они право знать о твоих проблемах? Да!  
А не станет ли им плохо от такого знания? Возможно!  
Но лучше рассказать все без утайки, пока ты не увяз в проблеме необратимо.  
У родителей свои представления о добре и зле, у тебя – свои. И прежде чем издеваться над их необоснованными подозрениями или бессмысленно врать, попробуй их успокоить или объяснить.  
Попытайся сам найти ключ к общению!
5. **5. Родители недовольны твоими успехами в учебе...**

Родители так нервничают и переживают по поводу твоей учебы, что становится

непонятно, кто же учится на самом деле. Они по несколько раз в день напоминают об уроках, ведут назидательные беседы о том, как важно получить хорошее образование. Они так и норовят оказаться у твоего стола в тот момент, когда ты делаешь уроки.

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 исполнишь обещание, они имеют право не доверять тебе.

6.

#### **6. Родители не поощряют твоего интереса к противоположному полу...**

Мало кто из родителей спокойно воспринимает известие о том, что у дочери или сына появился друг или подруга. Родители потребуют подробной информации о них и могут вынести вердикт: «Он (она) тебе не пара». И найдут какое-нибудь важное занятие именно в то время, когда назначено свидание.

Не вздумай сказать: «Не ваше дело» либо «Или вы его (ее) принимаете, или я с вами не разговариваю». Только выведешь их из себя. Лучше расскажи родителям о достоинствах своего избранника (избранницы) и обязательно познакомь их поближе. К встрече подготовь и друга (подругу): опиши как можно подробнее своих родителей: что им нравится, а что раздражает, подскажи, как лучше одеться.

Произведи благоприятное впечатление и пользуйся свободой общения.

7.

#### **7. Родителям не нравится твоя одежда...**

Чаще всего родителей не приводит в восторг твой «прикид»: драные джинсы, открытые майки и коротенькие шорты. Им так хочется, чтобы ты оделся «прилично», и они, без твоего ведома и согласия, покупают вещи на свой вкус. И очень обижаются, если ты их не носишь.

Не в коем случае не заявляйте категорично: «Как хочу, так и одеваюсь!». Ты дашь понять родителям, что не интересуешься их мнением и можешь остаться без одежды. Ведь деньги на модные «шмотки» дают все же родители.

Терпеливо объясни им, что все, что ты носишь, сейчас модно, и ты не хочешь выглядеть в своей компании белой вороной. Постарайся убедить их, что ищешь свой стиль, а для этого экспериментируешь, пробуешь выглядеть по-разному.

И хоть иногда одевайся «прилично», порадуешь родителей

8.

#### **8. 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.

Неприятнь 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. Познакомь родителей поближе с друзьями, организуй дома вечеринку по поводу важного для тебя события или приводи друзей по одному.

Родителям важно убедиться, что ребенок находится в порядочной компании

## **Коротко о главном**

9.

### **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. Объясняй 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. Иди на риск.

Будь честным. Не копи чувства в себе, пока не взорвешься. Научись честно высказывать то, что чувствуешь и попробуй договориться.

### 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!