

ЧТО ДЕЛАТЬ, КОГДА РОДИТЕЛИ НЕ ПОНИМАЮТ?

Памятка для подростков

Бывают ситуации, когда кажется, что родители тебя не понимают, не хотят учитывать твоего мнения, требуют от тебя то, что им хочется, а ты на это не способен. Что в таком случае делать? Как избежать конфликта с родителями?

Да, с родителями порой бывает очень нелегко. Они не всегда способны понять, что творится в душе ребенка, а может, и не пытаются это сделать. Их требования часто бывают противоречивы или чересчур категоричны, а ограничения кажутся чрезмерными. Но, предъявляя к тебе эти требования, родители искренне верят, что «делают это для твоего же блага». Тебе, наверное, не раз приходилось слышать эти слова. К сожалению, современные родители часто боятся сегодняшней жизни, она им самим кажется очень сложной и опасной. Они боятся, что их дети не смогут разобраться в сложной жизненной ситуации и попадут в беду. Они не уверены в твоих способностях отвечать за свою жизнь и принимать правильные решения. Своими действиями родители стараются уберечь тебя от неприятностей или подготовить к ним. Отсюда ограничения действий ребенка и завышенные требования. Но подросткам эти страхи кажутся надуманными!

Ты на самом деле не обязан во всем соглашаться с родителями. Но конфликты с ними могут серьезно осложнить твою жизнь. Поэтому, прежде, чем вступать в конфликт, необходимо хорошо проанализировать ситуацию. Попробуй честно ответить себе на такие вопросы:

- зачем родители предъявляют такие требования или ограничения
- какие их опасения реально обоснованы, а какие нет
- что ты реально можешь сделать, чтобы они больше тебе доверяли
- какие требования для тебя являются категорически неприемлемыми, а какие ты мог бы принять
- готов ли ты к абсолютной независимости от родителей?

Если ты честно ответишь на эти вопросы, то сможешь выработать план действий и избежать конфликта в отношении с родителями. Действуй постепенно, усиливай самоконтроль и тем самым, ослабляя контроль со стороны родителей. Будь тверд и настойчив, но не пытайся сразу избавиться от всех видов родительского контроля – они должны постепенно привыкать к мысли, что ты уже взрослый, и научиться доверять тебе. Если родители никак не желают передать тебе право распоряжаться своей жизнью, предложи им вместе посетить психолога, чтобы разобраться в отношениях.

Конфликты – это вполне нормальная и даже необходимая вещь для развития отношений. Нужно только научиться выходить из них, не теряя, а приобретая.