

Интересно? Прочитай!

- ▶ **Мудрик А. В.** *Время поисков и решений, или старшеклассникам о них самих: Кн. для учащихся.* – М.: Просвещение, 1990. – 191 с.
- ▶ **Советы на все случаи жизни:** Книга для подростков / Пер. с английского. Е. Коваленко. – М.: «Издательство Астрель», 2000. – 208 с.
- ▶ **Энциклопедия домашнего психолога** / Автор-составитель О. Нагоркина. – Саратов: Софит-Принт; М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2000. – 540 с.
- ▶ **Яровицкий В.** *Моя первая книга по психологии.* – М.: ООО «Издательство Астрель», ООО «Издательство АСТ», 2000. – 208 с.

ОТДЕЛ ПСИХОЛОГИИ:

Ежедневно с 10⁰⁰ до 17³⁰
Суббота, воскресенье – выходной

Зав. отделом – Гордеева В. А.
Главный специалист – Сагитова Е. Ю.

ЖДЕМ ВАС ПО АДРЕСУ:

664011 г. Иркутск,
ул. Чехова, 10
Тел.: 29-07-93, 20-43-01
Тел. / факс: 20-70-74
<http://www.lib.irk.ru>
E-mail: library@youlib.irk.ru



Областная юношеская
библиотека
им. И.П. Уткина

Отдел психологии

Серия: «Советы психолога»
Выпуск 3

Как понять своих родителей?



Иркутск
2004

Как часто приходится слышать от молодых людей об отсутствии взаимопонимания с родителями...

Вот отрывок из письма девятиклассницы «...взрослые не всегда хорошо понимают нас, им кажется, что мы плохие. А нас просто не понимают!»

Родители видят в нас только врагов, потому и ведут себя с нами соответственно, вечно пилят, всем недовольны... С ума можно сойти. Так кто же из нас прав?»

Да, ладить с родителями бывает не просто, но не стоит их во всем обвинять и искать виноватых. А виноватых в случае непонимания не бывает: виноваты, скорее всего обе стороны. Старшие в том, что не смогли найти общий язык с тобой, а ты, также не стараешься понять их.

Но если тебе хотелось бы разрешить эту проблему, начни с себя!

Сразу скажем, точных рецептов тут не существует, однако несколько практических советов стоит учесть.

1. Постарайся стать мудрее и принять на себя ответственность за отчуждение в вашей семье.

Подумай над тем, что родители изначально не были родителями, а стали ими только в момент твоего рождения. Поэтому их родительский стаж равен твоему возрасту. Так что, как родители они твои ровесники и также нуждаются в помощи и поддержке.

2. Сотрудничай с ними. Хочешь чего-то добиться от родителей – не скандаль, а договаривайся. Дай им понять, что вы можете решить проблему спокойно, без взаимных упреков.

3. Если родители «взяли повышенный тон», не кричи им в ответ и не злись. Чем спокойнее и доброжелательнее ты говоришь, тем скорее беседа даст результат. При этом вовсе не обязательно уступать или соглашаться.

4. Во время спора ни в коем случае не делай обобщений типа: «Ты никогда меня не понимаешь», «Вам все равно не докажешь!» и т. п. Это лишь подольет масла в огонь.

5. Подумай, в чем именно твои родители правы, споря с тобой. Иногда сам чувствуешь, что не прав, но признаться в этом трудно. Ерунда - признавайся. В следующий раз родители будут больше уважать твою позицию. Быть может, от крика они перейдут к настоящим аргументам.

6. Запомни также, что родители, как все остальные люди, могут ошибаться, быть слабыми, больными и даже несостоятельными. Прими их такими, какие они есть.

7. Родители, точно так же, как и ты, любят, когда их хвалят и говорят им спасибо. Вообще внимание и слово «спасибо» – это такой стимул!

8. Не жди всегда ответа от них на все твои вопросы. Чаще сам старайся анализировать и понимать свои проблемы. А если родители тебе что-то советуют – прислушайся, многое они действительно знают лучше.

9. Помни, что родителям тоже очень приятен твой интерес к их жизни. Ты можешь научиться любить что-то из того, что они делают и что им нравится.

Родители, конечно, старшие, но они еще не на пенсии и тоже любят веселье, красивые вещи, они вообще любят друг друга. Не смотри на них свысока. Позволь им все, что ты позволяешь себе.

10. Общайся с ними. Они действительно этого хотят. Люби их всегда, даже когда они явно ошибаются. Ведь быть родителем не значит быть Богом.

Искренне надеюсь, что эти рекомендации помогут тебе найти общий язык с родителями.

Удачи!