

## УЧИМСЯ СТРОИТЬ ОТНОШЕНИЯ С РОДИТЕЛЯМИ

1. Проявляй внимание к своим родителям. Интересуйся, как самочувствие, как дела на работе и т.п. Чем ты старше, тем острее родители переживают твой действительный или мнимый отход от семьи. Они боятся стать тебе ненужными. Честное слово, они волнуются: а вдруг ты их больше не любишь? И порою их мелочные придирки и навязчивые вопросы только средство обратить на себя твое просвещенное внимание. Уделяй беседе с мамой-папой полчаса в день. Они станут воспринимать тебя как источник тепла.

2. Иногда расспрашивай "предков" о прошлом. Беседуй с мамой о её детстве и молодости. 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 твоих родителей были похожие проблемы. Может быть, их опыт станет тебе подспорьем в трудной ситуации.

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-то куда более страшное, чем на самом деле. Если ты будешь изо дня в день хранить гробовое молчание просто потому, что тебе неохота лишний раз открывать душу перед своими близкими, то они подумают, что ты скрываешь от них нечто ужасное. И постараются ограничить твою свободу. А ведь ты этого не хочешь.

4. Разрушай родительские страхи. Родители начитаны - наслышаны всяких кошмаров о современной молодежи. Если девушка познакомилась с юношей и ничего о нём не рассказывает, мама думает, что это, скорее всего, наглый соблазнитель и обманщик. Если юноша качает мышцы в каком-либо подвале (или играет там на гитаре в компании счастливых единомышленников), то можешь быть уверен: родители от слова "подвал" точно хлопнутся в обморок! У них ассоциации простые: "спиртное", "наркотики", "разврат". Познакомь домашних с друзьями. Попроси маму переписать ноты рок-композиции, а папу посетить "качалку" в выходной день. Пусть близкие убедятся: ничего дурного вы не делаете! А если вам действительно невозможно посвятить во что-либо мать и отца, подумайте хорошенько: нужно ли вам это?

5. Помогайте родителям формировать их родительский образ, как образ реального воспитателя, с которым можно посоветоваться, которому можно доверять и т.п. Для этого подсказывайте им где найти современную литературу о воспитании подростков, юношеской психологии, или материалы из Интернета. Там много пишется о свободе, о самовоспитании, о праве личности на самоопределение.

6. Доказывайте, что вы "не один такой". Пусть мама и папа смотрят вместе с вами молодежные передачи, читают журналы для подростков, музыкальные дайджесты, слушают современную музыку.

7. Если вы 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 они попали в трудную ситуацию. Попросите совета. Скорректируйте свое поведение согласно услышанному. Это поможет вам избежать непонимания.

*Почаще обнимайте маму, гладьте по плечу отца – это самые близкие для вас люди... И помните, душевная связь с родителями, взаимопонимание, взаимоподдержка, особенно в период вашего перехода во взрослую жизнь – это та основа, на которую вы сможете опереться в будущем!*