

Чтобы выйти из подобных ситуаций, универсальных рецептов нет, но можно воспользоваться некоторыми практическими советами:

1. Тебе нужно что-то от родителей – не скандал, а учись договариваться. Договор должен быть в пользу обеих сторон. Тебе хочется новые туфли – пообещай, что будешь мыть посуду сама две недели, причем без маминих напоминаний. Выгодно и тебе и маме. Твоя задача при создании договоренностей – 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.

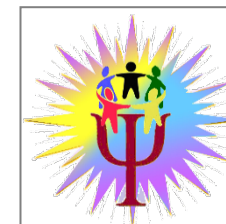
6. Наедине с собой подумай, в чем родители правы, споря с тобой. Тебе кажется, что признаться себе самой в собственной неправоте легче, чем вслух маме с папой? Ерунда – признавайся на всю катушку, это выгодно: в следующий раз тебя будут больше уважать, и от крика перейдут к настоящим аргументам.

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.

Надеюсь, что эти советы помогут тебе смотреть на семейные ссоры под другим углом зрения. Да и взрослые поймут, что оскорблениями и криком проблемы не решишь, и будут искать более адекватные аргументы. А там, глядишь, ваши отношения и наладятся.

ГПОУ ТО
«Тульский социальный техникум»



КАК ИЗБЕЖАТЬ ССОР С РОДИТЕЛЯМИ?



Подготовила: педагог - психолог
Н.В. Амелина

Тула,
2020

Не всегда бывает легко ладить с родителями. Особенно, когда за каждым невинным словом мерещится покушение на твой суверенитет и самостоятельность. Ссоры могут возникнуть буквально на ровном месте и могут быть двух типов:

А) Конфликты содержания. Родители еще не привыкли к твоей взрослости и у них не получается перестроиться в стиле и манере общения. Пойми это и помоги им!

Б) Ты уже достаточно взрослая, чтобы заявлять о своих правах, но совсем маленькая в желании взять на себя ответственность за все свои дела и поступки. Поэтому если ты решила, что уже взрослая, то будь ею не только на словах, а и на деле!

Поводы для конфликтов:

1. Тебя дотошно и подробно инструктируют на каждом шагу.
2. Дают мало денег или не дают совсем.
3. Требуют хороших отметок и существенной помощи по дому.
4. Контролируют и проверяют.
5. Навязывают свое представление о том, с кем дружить, а с кем нет.

Но тебе должно быть известно, что конфликты – вещь двусторонняя, поэтому понаблюдай за собой, не даешь ли ты родителям повод:

А) Ты не замечаешь того, что родители устают на работе. И факт, что тебя вкусно кормят, модно

одевают и вовремя финансируют, воспринимаешь как должное. На упреки мамы «гордо» парируешь, что не просилась на белый свет, и потому... В таких случаях хорошим лекарством будет поездка в детский дом и неформальное общение с его подопечными. Там тебе быстро объяснят, кто кому и что должен. И тогда ты совсем по-новому оценишь то, что имеешь.

Б) Любую домашнюю работу (включая самообслуживание) обычно делаешь из-под палки. Причем сделанное тобой помнишь долго, а усилия остальных членов семьи считаешь само собой разумеющимся. С точки зрения звериного эгоизма, может, ты и права. Если мама тобой воспринимается по жизни как прислуга, то знай, что во всех западных сериалах, которые ты смотришь, прислуга получает денежное вознаграждение. В случаях, если оно не выплачивается, служанка просто увольняется! Делай выводы.

В) Учишься не в полную силу, если не сказать небрежно. Если родителям будут советовать не обращать на это **внимание**, у них все равно не получится. Потому что эти чудаки хотят для тебя лучшей доли и жалеют. И им невдомек, что для тебя самая кайфовая цель – это таскать ящики или швабру, быть «шестеркой». И на объявления о найме на работу, в **каких** **призвать** **где** **собираются**

Родителями с высшим образованием или хотя бы со среднеспециальным, ты тоже плюешь с высокой колокольни. Может, оно тебе ни к чему, раз есть те, кому нужны просто «привлекательные **Девушкова**: педагог - психолог

Г) Ты не делишься **Я.В.Амойша**, что происходит в твоей жизни, вынуждая ее к тому, чтобы добывать информацию **Таша** **ещеными** способами.

2019Д) По-детски реагируешь на любую критику – «гордо» молчишь, скандалишь, хлопаешь дверью.

В стиле общения грешат в равной степени обе конфликтующие стороны, но по разным причинам:

А) Повышенный тон, обидные интонации, пренебрежительные или угрожающие жесты во время спора.

Б) «Переход на личности», грубость, ненормативная лексика.

В) Вместо логики и убеждения применяется силовое физическое или психологическое воздействие.

Здесь и тебе, и взрослым приходится совсем не сладко. И не думай, что право на эти эмоции принадлежит только тебе – поверь, родители чувствуют то же самое!

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 (а) на месте родителей?