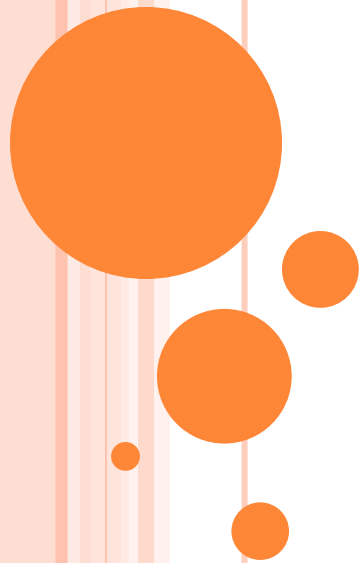


КАК ОБЩАТЬСЯ ПОДРОСТКАМ С РОДИТЕЛЯМИ В СИТУАЦИЯХ КОНФЛИКТА?



Конфликты подростков с родителями — одни из самых частых в этот период. Не потому, что родители плохие. Просто это самые близкие люди, которым можно излить раздражение, гнев, бессилие и усталость в надежде на понимание и принятие.



Часто родители не знают, как помочь ребёнку, и вступают в противостояние с ним. Иногда не получается выслушивать друг друга и понять, как выглядит ситуация с разных сторон.



СОВЕТЫ ПО РЕШЕНИЮ КОНФЛИКТА С РОДИТЕЛЯМИ:

1. Уважайте своих родителей. Уважение – один из главных критериев выстраивания гармоничных отношений с родителями.

2. Научитесь признавать свои ошибки. Как бы ни был велик ваш жизненный опыт и уверенность в исключительной правоте, все мы иногда ошибаемся и принимаем неверные решения. Если вы хотите выглядеть в глазах своих родителей взрослым человеком, то научитесь признавать свои поражения и промахи.



3. Будьте открытыми и общительными.

Не бойтесь рассказать о своих увлечениях, друзьях, симпатиях. Все это поможет более детально представить картину того, чем вы занимаетесь вне дома, и в некоторых случаях снять многие запреты.



4. Вежливость – первый показатель нормального общения.

Если вам кажется, что ваши родители не понимают сути проблемы, но продолжают настаивать на своем, то постарайтесь вежливо объяснить им, что у вас есть свое мнение на этот счет. Не стоит обижаться и повышать голос – все это, скорее всего, только лишний раз докажет вашим близким, что вы еще ребенок, который не способен держать себя в руках.

5. Поменяйтесь ролями.

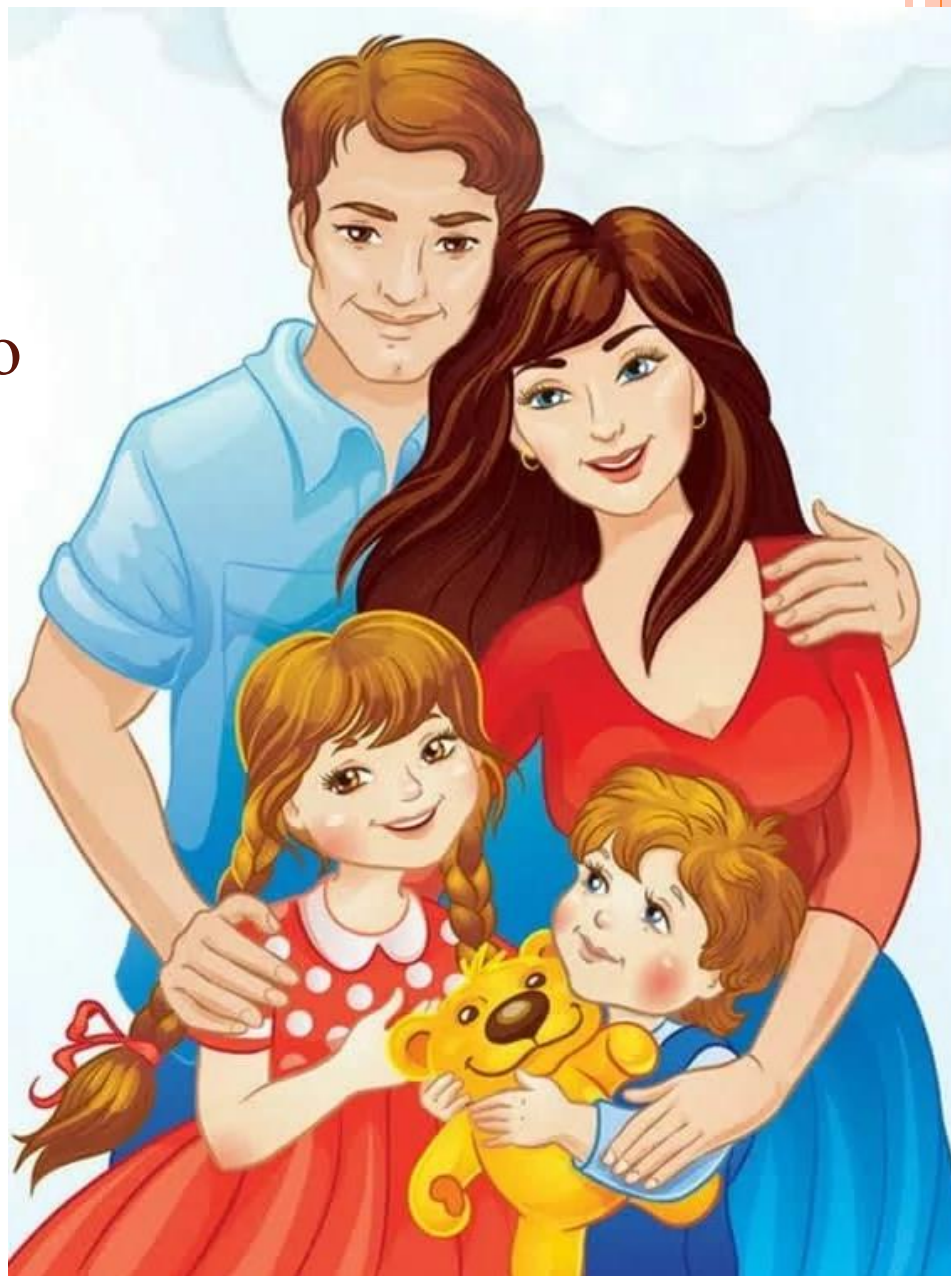
Если вы не сходитесь во мнениях со своими родителями, то постарайтесь представить себя на их месте, это поможет вам чуть лучше понять их точку зрения. Если же вы хотите, чтобы и вас поняли до конца, то предложите своим папам и мамам вспомнить о том времени, когда они сами были подростками.

6. Терпение – ключ к улучшению отношений.

Наши родители тоже люди. Они могут уставать, чувствовать, что их недооценили, испытывать моральный и физический дискомфорт. Постарайтесь в такие моменты быть терпеливыми, дайте возможность положительным эмоциям вернуться обратно, тогда вы сможете снова спокойно поговорить.



Необходимо отметить, что конфликты случаются в любой семье. Крайне важно и родителям, и подростку уметь высказать свое мнение, обсудить произошедшее и объединить свои усилия для решения конфликта.



**СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ!**

