

Если такое все же происходит, не бойтесь себя защищать. Даже простая фраза «ты ошибаешься, я не глупый» с большой вероятностью поднимет ваш авторитет в глазах мамы или папы. Возможно, заставит их думать прежде чем говорить. Помните: вы тот, каким вас воспитали ваши родители.

Совет 5: Не забывайте, что родители вас любят



Несмотря на сложные отношения с детьми и раздра

жительность, любовь к потомству заложена биологически. Поэтому в ней вы можете не сомневаться. И хотя порой они могут заставлять нас делать то, что мы не хотим, родители всегда думают лишь о нашем благе.

Здесь возвращаемся к предыдущему совету: не бойтесь говорить, если вам что-то не нравится. Возможно, сначала они воспримут такую позицию в штыки, но позже остынут и прислушаются. Ведь для родителей важно лишь счастье ребенка.



Здоровые отношения с любым человеком может выстроить только тот, кто в первую очередь любит и ценит самого себя. Всегда помните: никто не идеален, даже родители. А еще — человеку свойственно ошибаться. Научитесь прощать, цените собственные границы и чаще оказывайте поддержку: тогда ваши отношения обязательно наладятся.

Источники:

1. 5 советов для построения идеальных отношений с родителями / Моя Альфа школа: сайт.- URL: <https://myalfaschool.ru/articles/kak-shkolniku-vystroit-idealnyye-otnosheniya-s-roditelnyami> (Дата обращения: 12.05.2025). – Текст. Изображения : электронные.
2. Памятка подросткам. Как наладить отношения с родителями / nsportal: сайт.-URL: <https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2022/06/15/pamyatka-podrostkam-kak-naladit-otnosheniya-s-roditelnyami> (Дата обращения: 12.05.2025). – Текст. Изображения : электронные

Компьютерная верстка. Составитель:
Молчанова Т.Н.
Библиотекарь сектора внебюджетного
обслуживания
МУК Матвеево – Курганского района
«Межпоселенческая Центральная библиотека»

346970 Ростовская область
п. Матвеев Курган ул. 1 Мая, 18
email: <https://mkurgancbs.ru/@yandex.ru>
сайт: <https://mkurgancbs.ru/>
телефон: 8-86341-2-34-86



БИБЛИОТЕКА
НОВОГО
ПОКОЛЕНИЯ

МУК Матвеево – Курганского
района
«Межпоселенческая Центральная библиотека»



*Как наладить
отношения с
родителями*

Информационный буклет

Матвеев Курган, 2025



Семья — это фундамент, на котором держится множество жизненно важных повседневных вещей. От атмосферы в доме во многом зависят и отношения со сверстниками, и оценки в школе, и состояние психического и физического здоровья. Дома школьник должен чувствовать себя в безопасности. Важно быть уверенным, что здесь всегда поддержат, успокоят и защитят.

Но и родители должны чувствовать такую же поддержку: они как все нуждаются в защите.

Совет 1: Постарайтесь поставить себя на их место



Просто представьте: с самого утра вы сидите на работе, где злой начальник или клиенты придираются к

каждой мелочи и высасывают из вас все соки. В голове куча нерешенных задач: не

забыть оплатить коммунальные услуги/ телефон/ интернет, что приготовить на ужин, когда заехать к родителям, чем оплатить кредит — и так до бесконечности.

Чем старше мы становимся, тем больше задач и ответственности. У родителя может произойти эмоциональный срыв, который проявляется раздражительностью и повышением голоса.

Покажите взрослым: нет такой проблемы, которую можно решить только криком. Не срывайтесь в ответ, войдите в положение и спокойно объясните, что не хотите разговаривать на повышенных тонах. Агрессия порождает агрессию, поэтому хотя бы вы держите себя в руках.

Совет 2: Чаще предлагайте помощь



Помните, какими трудными и бывают будни взрослые? Они будут

благодарны, если после тяжелого рабочего дня предложить им любую помощь. Помыть посуду, протереть пыль или развесить белье — даже мелкая работа по дому будет проявлением заботы и не отнимет у вас много времени.

Совет 3: Не бойтесь говорить свое мнение



Ребенок всегда видит во взрослом авторитет и воспринимает

любые слова за чистую монету. Но даже старшие могут ошибаться. Не бойтесь спокойно высказывать свое мнение и рассказывать о чувствах. Родители рано или поздно прислушаются и сделают выводы.

Но помните: у мамы с папой во многих вопросах больше опыта. Поэтому не стоит обижаться, если они поступят по-другому: скорее всего, так было нужно.

Совет 4: Не позволяйте себя унижать



Далеко не все методы воспитания приемлемы в

современном обществе. Оскорбления, угрозы, невыносимое молчание — все это приемы психологического насилия, которое сделает только хуже отношения родителей с детьми.