

## Памятка родителям от подростка.

1. Не балуйте меня, вы меня этим портите. Я очень хорошо знаю, что не обязательно предоставлять мне все, что я запрашиваю. Я просто испытываю вас.
2. Не бойтесь быть твердыми со мной. Я предпочитаю именно такой подход. Это позволяет определить мне свое место.
3. Не полагайтесь на силу в отношениях со мной. Это приучит меня к тому, что считаться нужно только с силой. С большей готовностью я откликнусь на ваши инициативы.
4. Не будьте непоследовательными. Это сбивает меня с толку и заставляет упорнее пытаться оставить последнее слово за собой в каждом случае.
5. Не давайте обещаний, которых вы не можете выполнить, это поколеблет мою веру в вас.
6. Не поддавайтесь на мои провокации, когда я говорю или делаю что-то только для того, что бы просто расстроить вас. Другими словами, я пытаюсь достичь таким образом еще больших «побед».
7. Не расстраивайтесь слишком сильно, когда я говорю «Я вас ненавижу!». Я не имею это в виду. Я просто хочу, что бы вы пожалели о том, что сделали мне.
8. Не заставляйте меня чувствовать себя младше, чем я есть на самом деле.
9. Не делайте для меня и за меня то, что я в состоянии сделать для себя сам. Я могу продолжать использовать вас в качестве прислуги.
10. Не позволяйте моим «дурным» привычкам привлекать ко мне чрезмерную долю вашего внимания. Это только вдохновит меня использовать их в дальнейшем.
11. Не поправляйте меня в присутствии посторонних лиц. Я обращаю гораздо больше внимания на ваше замечание, если вы скажете мне все спокойно с глазу на глаз.
12. Не пытайтесь обсуждать мое поведение в самый разгар конфликта. По некоторым причинам мой слух притупляется в

это время, а мое желание сотрудничать с вами становится минимальным. Будет нормально, если вы предпримите определенные шаги, но давайте поговорим об этом несколько позже.

13. Не пытайтесь читать мне наставления и нотации. Вы будете удивлены, узнав, как я великолепно знаю, что такое «хорошо» и что такое «плохо».
14. Не заставляйте меня чувствовать, что мои поступки – смертный грех. Я должен научиться делать ошибки, не ощущая, что я ни на что не годен.
15. Не придирайтесь ко мне и не ворчите на меня. Если вы будете это делать, я буду вынужден защищаться, притворяясь глухим.
16. Не требуйте от меня объяснений, зачем я это сделал. Я иногда и сам не знаю, почему поступаю так, а не иначе.
17. Не подвергайте слишком большому испытанию мою честность. Будучи запуган, я легко превращаюсь в лжеца.
18. Не забывайте, что я люблю экспериментировать. Так я познаю мир, поэтому, пожалуйста, смирись с этим.
19. Не защищайте меня от последствий моих ошибок. Я учусь на собственном опыте.
20. Не проецируйте и не перекладывайте ваши проблемы на меня: у меня своих – невпроворот.
21. Не требуйте от меня большего, чем я могу. Иначе я начинаю ощущать, что ваша любовь зависит только от моих достижений: если получил хорошую отметку, то мы тебя любим, а если плохую – отвергаем.
22. Давайте мне простор для выбора, создавайте условия для того, чтобы я имел свободу выбора и выбирал самостоятельно.
23. Не делайте меня ответственным за все: я отвечаю лишь за свои поступки.
24. В конце концов, любите меня таким, каков я есть. Я отвечу вам тем же.