
**Мои родители не слышат меня,
наказывают молчанием, и я ничего не
могу изменить**

Мария
Куйбышев
15 лет

Ребенок - инициатор хороших отношений. Что он может изменить?

1. С помощью психолога разобраться в себе
2. Найти объяснение поступкам родителей
3. Корректировать собственное поведение (не кричать, не обвинять, не оскорблять)
4. Попытаться выйти на диалог

Рекомендации взрослым

- Если вы срываетесь на ребенка, обратитесь к психологу. Иначе вы на долгие годы или навсегда испортите отношения внутри семьи.
- Игнорирование - самое худшее. Не наказывайте ребенка молчанием.
- Не делайте вид, что проблемы нет, если она есть.
- Вспомните, что вы сами испытывали, когда родители не понимали ваших потребностей, и вы сможете понять, что чувствует ваш ребенок.
- Когда ребенок хочет вам что-то сказать, просто выслушайте его, не перебивайте, не задавайте кучу вопросов.
- Если вы не понимаете, что хочет ребенок, обратитесь к психологу

Рекомендация для Школы родителей

Ребенок – субъект отношений, а не объект. В программе Школы необходим раздел для подростков, чтобы подросток понимал, что сам может сделать для детско-родительских отношений.

Возможный формат – совместные занятия для родителей и детей.