

Разговор с психологом о взаимоотношениях в семье

Очень часто ко мне на консультацию приходят ребята, которые находятся в конфликтных отношениях со своими родителями. Невозможно прожить свою жизнь, ни разу ни с кем не поссорившись. А знаешь ли ты, что обозначает слово «конфликт»? Оно произошло от латинского слова «столкновение». Любой конфликт – это столкновение сторон, мнений и сил.

Особенно неприятно, когда конфликты возникают с близкими тебе людьми – родителями, братьями, сёстрами или другими членами семьи. Твоя семья – это как раз те люди, которые окажут тебе помощь в любой ситуации, будут рады твоему успеху. Иногда в конфликтных ситуациях виноваты дети, а иногда – родители.

Часто родители в разговоре со своими детьми начинают утверждать, будто в твоём возрасте они были намного лучше, чем ты сейчас. Это происходит, потому что у родителей с годами из памяти стирается всё плохое, а остаётся только хорошее. Вот и видят они себя в «розовом» цвете, а за своего ребёнка и его будущее, папы и мамы частенько переживают понапрасну и преувеличивают остроту проблем.

Конечно, не всем нам нравится, когда нас ругают. А особенно если возникает чувство, что это несправедливо. В этом случае нужно не впадать в эмоции, а напрямую поговорить со своими «предками» прямо и откровенно, не молчать, не хлопать дверью, а вступить в разговор. Соблюдая при этом некоторые правила ведения диалога.

Во-первых, твёрдо усвой одно: каждый человек имеет право на собственное мнение, даже если оно не верное. Твои родители не исключение. Если тебе не очень нравится, что говорят твои родители, не вступай с ними в конфликт. В некоторых вопросах лучше каждому остаться при своём мнении.

Во-вторых, каким бы ошибочным ни было мнение твоих родителей, относись к нему с уважением. Если ты перестанешь уважать мнение своих родителей, то они будут очень переживать, а может и страдать. Не думай, что так не бывает, - родителям точно так же важно твоё одобрение, как и тебе, их поддержка в трудные минуты.

В-третьих, как бы ты ни разозлился, всегда держи себя в руках. Никогда не говори в адрес своих родителей грубые слова, не осуждай их образ жизни, не критикуй их прошлое. Найди аргументы и постарайся убедить близких в своей правоте. Надеюсь, что эти советы помогут тебе выстроить нормальные отношения с родными и близкими.

