

# Памятка

## родителю от ребенка

- Не балуйте меня, вы меня этим портите. Я очень хорошо знаю, что не обязательно предоставлять мне все, что я запрашиваю. Я просто испытываю вас.

- Не бойтесь быть твердым со мной. Я предпочитаю именно такой подход. Это позволяет мне определить свое место.

- Не полагайтесь на силу в отношениях со мной. Это приучит меня к тому, что считаться нужно только с силой. Я откликнусь с большей готовностью на ваши инициативы.

- Не будьте непоследовательными. Это сбивает меня с толку и заставляет упорнее пытаться оставить последнее слово за собой в каждом случае.

- Не давайте обещаний, которые вы не можете выполнить, это поколеблет мою веру в вас.



• Не поддавайтесь на мои провокации, когда я говорю или делаю что-то только затем, чтобы просто расстроить вас. Другими словами, я попытаюсь достичь еще больших «побед».

• Не расстраивайтесь слишком сильно, когда я говорю: «Я вас ненавижу!». Я не имею это ввиду. Я просто хочу, чтобы вы пожалели о том, что сделали мне.

• Не заставляйте меня чувствовать себя младше, чем я есть на самом деле. Я отыграюсь на вас за это, став «плаксой» и «нытиком».

• Не делайте для меня и за меня то, что я в состоянии сделать для себя сам. Я могу продолжать использовать вас в качестве прислуги.

• Не позволяйте моим дурным привычкам чрезмерно привлекать ко мне ваше внимание. Это только вдохновит меня на продолжение их.

• Не поправляйте меня в присутствии посторонних людей. Я обращаю гораздо большее внимание на ваше замечание, если вы скажете мне всё спокойно с глазу на глаз.

• Не пытайтесь обсуждать моё поведение в самый разгар конфликта. По некоторым объективным причинам мой слух притупляется в это время, а моё желание сотрудничать с вами становится минимальным. Будет нормально, если вы предпримете



определённые шаги, и поговорите со мной об этом несколько позже в спокойной обстановке.

- Не пытайтесь читать мне наставления и нотации. Вы будете удивлены, узнав, как великолепно я знаю, «что такое хорошо и что такое плохо».

- Я должен научиться делать ошибки, не ощущая, что я ни на что не годен.

- Не придирайтесь ко мне и не ворчите на меня. Если вы это будете делать, я буду вынужден защищаться, притворяясь глухим.

- Не требуйте от меня объяснений, зачем я это сделал. Я иногда и сам не знаю, почему поступаю так, а не иначе.

- Не подвергайте слишком большому испытанию мою честность. Будучи запуган, я легко превращаюсь в лжеца.

- Не забывайте, я люблю экспериментировать. Таким образом, я познаю мир, поэтому лучше создайте мне разные условия для познания.

- Не защищайте меня от последствий собственных ошибок. Я, как и вы, учусь на собственном опыте.

- Не проецируйте и не перекладывайте ваши проблемы на меня: у меня своих хватает.



- Не требуйте от меня большего, чем я могу. Иначе я начинаю ощущать, что ваша любовь зависит от моих достижений и поступков: если я сделал что-то хорошее, то мы тебя любим, если плохое, то — отвергаем.

- Давайте мне простор для выбора, создавайте условия для того, чтобы я и имел свободу выбора, и делал его самостоятельно и иногда с вашей поддержкой.

- Не делайте меня ответственным за все: я отвечаю лишь за свои поступки.

*В конце концов, любите меня таким, каков я есть.  
Я отвечу вам тем же.*

