**Памятка студенту от психолога**

**Подростки и родители.**

 - Проявляй участие к своим родителям. Они устают на работе, дома.

 - Порадуй их чем-нибудь. Это помогает наладить контакт.

 - Постарайся объясняться с родителями человеческим языком - это даст лучший результат, нежели крики и хлопанье дверьми.

 - Попроси родителей рассказать о своей юности, о конфликтах с родителями. Это приведет к более глубокому пониманию между вами.

 - Если  родители ведут себя с тобой,  как с маленьким ребенком, напомни вежливо им, что ты уже повзрослел и хотел бы вместе с ними решать         проблемы, связанные с твоей жизнью.

 - Дай понять родителям,  что ты нуждаешься в их совете и помощи. Это поможет установить дома благоприятную обстановку.

 - Разговаривай со своими родителями, сообщай им новости твоей жизни.

 - Старайся не обманывать родителей. Тайное все равно становится явным.

 - Помни, что родители тоже могут совершать ошибки. Будь  снисходителен.

 - Родительский запрет  чаще всего оказывается правильным решением. Задумайся,   что бы произошло, если бы тебе было позволено все!

 - Если  произошла ссора,   и ты чувствуешь себя виноватым,  найди в себе силы  подойти первым. Уважение ты не потеряешь, поверь.

  - Установи с родителями границы личной территории,  но не раздражаясь, не требуя. Просто попроси их об этом.

 - Работа по дому служит отличной подготовкой к самостоятельной жизни. Отнесись      к ней  с пониманием.

 - Возвращение  домой к определенному времени  - это способ оградить тебя от неприятностей,  то есть, мера безопасности.

 - Если задерживаешься, обязательно позвони, они же волнуются! Побереги их для себя.