



**ПИСЬМО – ОБРАЩЕНИЕ
К САМЫМ БЛИЗКИМ И
ДОРОГИМ ЛЮДЯМ –
РОДИТЕЛЯМ**
(обращение от ребёнка-подростка)

• *Не портите меня. Я прекрасно знаю, что не должен получать всё то, о чём прошу. Я просто проверяю вас.*

• *Не бойтесь проявить твёрдость по отношению ко мне. Я предпочитаю это. Это позволяет мне знать меру и место.*

• *Не применяйте силу в отношениях со мной. Иначе это научит меня думать, что сила -это всё, что имеет значение. С большей готовностью я восприму ваше руководство мной.*

- *Не будьте непоследовательными. Это сбивает с толку и заставляет пытаться «выйти сухим из воды» во всех возможных случаях.*
- *Не давайте пустых обещаний. Это подрывает моё доверие к вам.*
- *Не поддавайтесь на мои провокации, когда я говорю и делаю вещи, которые огорчают вас. В противном случае я снова буду пытаться добиться такой «победы».*

• Не огорчайтесь, если я говорю, что ненавижу вас. Просто я хочу, чтобы вы пожалели о том, что вы сделали по отношению ко мне.

• Не заставляйте меня чувствовать себя малышом. Я компенсирую это тем, что буду вести себя так, как будто я - «центр Вселенной».

• Не делайте для меня и за меня то, что я могу сделать для себя и за себя сам. Если это произойдёт, я буду требовать, чтобы вы обслуживали меня всегда.

• **Не обращайте внимание на мои глупые выходки. Ваше повышенное внимание поможет их закрепить.**

• **Не пытайтесь меня поучать в конфликтной ситуации. Я всё равно ничего не услышу, а если услышу, то не стану реагировать. Поговорите со мной тогда, когда гнев уступит место здравому смыслу.**

• **Не пытайтесь меня всё время поучать. Вы удивились бы, узнав, как хорошо я знаю, что такое «хорошо» и что такое «плохо».**

• *Не заставляйте меня считать, что ошибки, сделанные мною, - это преступление. Я должен научиться делать ошибки, не думая при этом, что ни на что не годен.*

• *Не придирайтесь ко мне и не ворчите. Иначе мне придётся притвориться глухим, чтобы как-то защититься.*

• Не требуйте от меня объяснений по поводу моего плохого поведения. Я действительно не смогу ничего объяснить. Если вы сможете это понять, я попытаюсь сам себе и вам всё объяснить, но на это надо время.

• Не испытывайте слишком сильно мою честность. Меня легко испугать, при этом я начинаю врать.

• Не забудьте, что я развиваюсь, а значит - экспериментирую. Таким образом, я учусь. Примирились, пожалуйста, с этим.

• *Не оберегайте меня от последствий моей деятельности. Мне необходимо учиться на собственном опыте.*

• *Не обращайтесь внимания на мои маленькие недомогания. Я могу научиться получать удовольствие от своего плохого здоровья, если благодаря ему я буду в центре вашего внимания.*

• *Не отмахивайтесь от меня, если я задаю вам честные и прямые вопросы. В противном случае вы обнаружите, что я перестал вас спрашивать и ищу интересующую меня информацию там, где мне её предлагают.*

• *Не отвечайте на мои глупые и бессмысленные вопросы. Я просто хочу обратить на себя ваше внимание.*

• *Никогда не считайте, что извиниться передо мной – ниже вашего достоинства. Ваше честное извинение и признание своих ошибок вызывает у меня по отношению к вам удивительно тёплые чувства.*

• *Никогда не утверждайте, что вы совершенны и непогрешимы. Иначе мне придётся быть достойным слишком многого, а так не хочется утверждаться в обратном.*

• *Не беспокойтесь о том, что мы проводим слишком мало времени вместе. Стоит побеспокоиться о том, что как мы с вами его проводим.*

• *Не позволяйте моим страхам возбуждать в вас тревогу. В противном случае я действительно испугаюсь. Демонстрируйте мне ваше мужество и собственную храбрость.*

• *Не забывайте, что мне нужны ваше понимание и поддержка. Я думаю, что вы и без меня это знаете.*

• **Относитесь ко мне так, как вы относитесь к своим друзьям. Я тоже хочу быть вашим лучшим другом.**

• **Не забывайте, ваши добрые мысли и тёплые пожелания, которые вы дарите мне щедро каждый день, если не сейчас, то через годы вернуться вам сторицей.**

• **Помните, что у вас есть самое великое чудо на свете.**

Это чудо - я, Ваш ребёнок!!!