

Недоволен правилами? Выход есть!

Эта рабочая схема поможет тебе поразмышлять над правилами, которым трудно подчиняться. Ты можешь построить на ней свой разговор с родителями.

ПРАВИЛА



СФОРМУЛИРУЙ ПРАВИЛО

Напиши правило, которому тебе трудно следовать.

▼

ПРАВИЛО



▶ Почему оно тебе не нравится?

▶ Согласен ли ты с этим правилом хотя бы *частично*?

▶ Как ты думаешь, почему родители его установили?

▶ Что родители, по-твоему, не учли, устанавливая это правило?

▶ Какие изменения ты бы внес в это правило?

Если ты попросишь родителей изменить это правило, каким, по-твоему, будет их ответ?



▶ Как ты думаешь, почему они так ответят?

▶ Как со временем можно убедить родителей, что для беспокойства нет причин? (Подсказка: дела говорят громче слов.)

▶ О чем, по-твоему, родители беспокоятся больше всего?

▶ Представь, что у тебя самого есть сын или дочь подросткового возраста. Установил бы ты тогда подобное правило? Если да, то как бы ты его сформулировал и почему?

НАСКОЛЬКО ТЕБЕ МОЖНО ДОВЕРЯТЬ?

Доверие нужно заслужить. Перечисли свои поступки, которые могли *подорвать* доверие родителей.



Перечисли свои поступки, которые *укрепили* доверие родителей к тебе.



Достаточно ли «средств» на твоём «счёту доверия», чтобы обсуждать с родителями это правило, или стоит подождать?



Если ты видишь, что «средств» мало, то как можно было бы «пополнить счёт»?

СОВЕТ. Покажи родителям заполненную рабочую схему и воспользуйся ей в разговоре с ними.

Когда будешь говорить с родителями, не забудь слова из Библии: «Кроткий ответ отвращает ярость, а ранящее слово возбуждает гнев» (Притчи 15:1).



ЗНАЕШЬ ЛИ ТЫ? Принципы из этой рабочей схемы можно использовать также в разговоре с работодателем о правилах, установленных на работе.

«Соблюдать родительские правила — как выплачивать кредит. Если „платишь“ исправно, доверия больше» (из книги «Ответы на твои вопросы», том 2).