

Меморандум (изложение позиции) подростка

- Не порть меня. Я прекрасно знаю, что мне совсем не нужно все, о чем я прошу. Я просто проверяю тебя.
- Не бойся быть твердым со мной. Так лучше. Это придает мне уверенность.
- Не применяй силу ко мне. Это учит меня тому, что сила - это главное на свете. Лучше если ты меня просто переубедишь.
- Не будь непоследовательным. Это беспокоит меня и заставляет стараться избегать делать то, что мне под силу.
- Не обещай. Возможно, ты не сможешь выполнить обещание. Это ослабит мою веру в тебя.
- Не реагируй на мои провокации, когда я что-нибудь говорю или делаю для того, чтобы обидеть тебя. Иначе я буду стремиться к достижению все новых и новых “побед”.
- Не очень печалься, если я скажу тебе: “Я ненавижу тебя”. В действительности я не это имею в виду, а хочу, чтобы ты пожалел(а) о том, что ты сделал(а).
- Не заставляй меня чувствовать себя более взрослым, чем на самом деле, потому что я еще надоем своим “взрослым” поведением.
- Не делай за меня то, что я могу сделать сам. Не заставляй меня чувствовать себя “младенцем”, из-за этого я буду постоянно требовать твоей помощи.
- Не обращай много внимания на мои “плохие привычки”. Это только заставляет меня придерживаться их.
- Не исправляй меня перед людьми. Я быстрее выслушаю тебя, если ты поговоришь со мной тихо, без свидетелей.
- Не старайся обсуждать мое поведение во время конфликта. В это время я почему-то не очень хорошо слышу (а ты?), а слушаюсь еще хуже. Я сделаю то, что ты требуешь, но давай поговорим об этом позже.
- Не пытайся читать мне проповеди. Ты бы удивился(лась), если узнал(а), как хорошо я усваиваю, что хорошо, а что - плохо.
- Не заставляй меня чувствовать себя так, как будто мои ошибки - это мои грехи. Я должен учиться делать ошибки без ощущения, что я сам плохой.
- Не цепляйся ко мне все время, иначе я буду защищаться и оглохну.
- Не требуй объяснения моего плохого поведения. Иногда я действительно не знаю, почему я это сделал.
- Не испытывай слишком мою честность. Меня легко запугать, чтобы я сказал неправду.
- Не забывай, что я люблю экспериментировать. На этом я учусь, поэтому прошу тебя смириться с этим.
- Не защищай меня от последствий моего поведения. Я должен учиться на собственном опыте.
- Не замечай особенно мои болезни. Я могу научиться наслаждаться своим плохим здоровьем, если это привлекает ко мне много внимания.
- Не отталкивай меня, когда я задаю честные вопросы. Иначе ты увидишь, как я перестану спрашивать и начну искать интересную для меня информацию неизвестно где.
- Не отвечай на “дурацкие” или “сумасшедшие” вопросы. Если будешь отвечать, то скоро поймешь, что я просто хочу иметь тебя рядом со собой.
- Никогда не намекай на то, что ты идеальный и непогрешимый. Это потребует слишком многого от меня.
- Не жалея, что мы проводим вместе не так много времени. Главное в том, как мы его провели.
- Не позволяй, чтобы мои страхи потревожили тебя. Тогда я еще больше буду бояться. Демонстрируй мне свою смелость.
- Не забывай, что я не могу жить без доброго понимания и поощрения. Честно заработанная жизненная похвала иногда забывается, а вот ругань - никогда.