

Рецепт «Общение подростка с родителями»

Взять принятие,
добавить к нему признание,
смешать с определенным
количеством родительской
любви и доступности,
добавить собственной
ответственности,
приправленной любящим
отцовским и материнским
авторитетом...



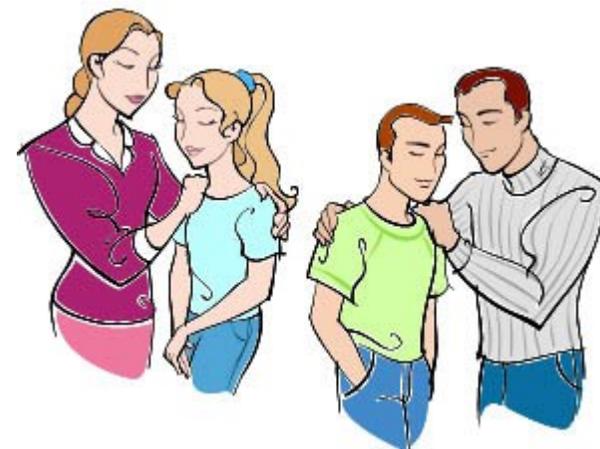
У каждого периодически возникают ситуации, в которых трудно разобраться в настоящий момент. Конечно, в большинстве случаев вы в состоянии самостоятельно разрешить свои проблемы, но профессиональная помощь необходима гораздо чаще, чем это может показаться

**В КАКОЙ БЫ ВЫ НЕ
ОКАЗАЛИСЬ СИТУАЦИИ,
ПОМНИТЕ, ЧТО В ШКОЛЕ
ЕСТЬ ЛЮДИ, КОТОРЫЕ ГОТОВЫ
И РАДЫ ВАМ ПОМОЧЬ.**

Школьный психолог
Колотева Елена Юрьевна
приглашает Вас
на консультацию
(2-13 кабинет 2 этаж)

ГАУ ДПО
«Волгоградская государственная
академия последипломного образования»
Научно-методический центр
психолого-педагогического сопровождения
Михайловский научно-методический округ
МКОУ «Средняя школа № 5 городского округа
город Михайловка Волгоградской области»

**Общаться с подростком.
Как?**



БУКЛЕТ
РОДИТЕЛЯМ

ВОЛГОГРАД
2019 год

Как общаться с подростком

Если подросток упрямится и не выполняет ваших просьб...

- Попытайтесь понять, принять, помочь. Это основа психолого-педагогического подхода к трудному подростку. Хотите, чтобы ребенок сделал то, что вам нужно, сделайте так, чтобы он сам захотел этого.
- Демонстрируйте ребенку свою любовь, обнимайте его и говорите ему ласковые слова. Подчеркивайте, что вы любите своего ребенка просто так, за то, что он есть на свете.
- Сохраняйте спокойствие. Не вымещайте на ребенке свое бессилие и злобу, не демонстрируйте ему модель агрессивного поведения.
- Определите круг обязанностей по дому, чаще хвалите за помощь. Напоминайте, что вам важна его помощь. Это поможет развить его волевые качества.
- Оцените возможности ребенка, может ли он соответствовать вашим требованиям. Может быть, ваши ожидания от ребенка завышены?
- Постепенно перекладывайте на ребенка ответственность за сделанные уроки и домашние поручения. Учиться должен ребенок, а не вы.
- Излишне подвижные дети увлеченно выполняют задания с "изюминкой". Больше давайте им творческих заданий, чередуя их с подвижными видами деятельности.

Если ссора все-таки разгорелась.

- Не создавайте "революционную ситуацию", а если создали, разрешайте ее мирным путем.
- Проявите гибкость, измените, подход к проблеме, попробуйте посмотреть на ситуацию глазами ребенка.
- Не надо искать виноватого. Спасительная формула для выхода из ссоры: "Мы ссоримся - значит, мы все неправы! Давай подумаем - в чем".
- Управляйте своими эмоциями, переключите их на физические упражнения. Не теряйте чувства юмора, часто мы смотрим на все, что происходит с нами в быту, слишком серьезно. Человек, владеющий чувством юмора, умеет создать комфортное веселое настроение в самые напряженные моменты. Шутка, розыгрыш - отличные средства для того, чтобы овладеть своим раздражением.



Если ребенок ушел из дома

- Не паникуйте. Вспомните, что предшествовало его уходу. Выясните, кто видел его последним. Проанализируйте поведение и высказывания ребенка накануне ухода.
- Для исключения разного рода несчастных случаев наведите справки в "Скорой помощи" и милиции.
- Соберите сведения об его друзьях и знакомых, местах возможного пребывания. Не поленитесь по возможности их проверить. Выясните, о чем были разговоры, каковы были намерения ребенка в моменты последних встреч с друзьями.
- При обнаружении местонахождения ребенка не спешите врываться туда и насильно его вытаскивать - результат может быть противоположен ожидаемому. Если он находится там не один, побеседуйте со всеми, попробуйте сделать их своими союзниками.
- Вступите с ребенком в переговоры, убедите его выслушать вас и выслушайте его. При разговоре будьте внимательны, предельно откровенны и справедливы. Не прерывайте ребенка, дайте ему выговориться, даже если это будут сплошные обвинения в ваш адрес.
- Если вы в чем-то виноваты, признайте свои ошибки и попросите прощения.
- Старайтесь не обсуждать сложившуюся ситуацию и ее последствия, а обсуждайте пути выхода из нее и варианты вашей дальнейшей жизни.
- В дальнейшем не укоряйте ребенка и старайтесь не возвращаться к обсуждению случившегося. Тем более не стоит рассказывать обо всем родственникам и друзьям. Не исключено, что ваши отношения с ребенком со временем восстановятся, а в их глазах он надолго останется «непутевым».
- Попытайтесь помочь ребенку в восстановлении прерванных связей - в возвращении на учебу, работу и т.д. Делитесь с ним своими планами и заботами. Это воспримется им как оказание доверия.