

9. Так как ведущая деятельность подростка – общение, группирование, обучение должно происходить через общение. Оцените положительные действия ребенка, спросите мнение по предмету, обсудите с ним предмет.

10. Не сравнивайте результаты обучения вашего подростка с ребятами из класса, это может привести к раздражению.

### **Поведение подростка в ваших руках**

1. *Правила (ограничения, требования, запреты) обязательно должны быть в жизни каждого подростка.*

Это особенно полезно помнить родителям, желающим как можно меньше огорчать детей и избегать конфликтов с ними. В результате они идут на поводу у собственного ребенка. Это попустительский стиль воспитания.

2. *Правил (ограничений, требований, запретов) не должно быть слишком много и они должны быть гибкими.*

Это предостерегает от другой крайности – воспитания в духе «закручивания гаек», авторитарного стиля общения.

3. *Родительские требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями подростка (потребность в движении, познании, общении со сверстниками, мнение которых они уважают больше, чем взрослых).*

4. *Правила (ограничения, требования, запреты) должны быть согласованы взрослыми между собой.*

5. *Тон, в котором сообщается требование или запрет, должен быть скорее дружественно-разъяснительным, чем повелительным.*

6. От недоразумений никто не застрахован и настанет момент, когда вам необходимо будет отреагировать на явно плохое поведение подростка. *Наказывая подростка, правильнее лишать его хорошего, чем делать ему плохое*

*За консультацией обращайтесь  
в кабинет 216*

**Педагог-психолог  
Ильевская Ольга Юрьевна**

## **Уже не ребенок, но еще не взрослый**



## **Особенности подросткового возраста**

## Основные психологические особенности подросткового возраста

1. Обострение чувства взрослости – представление о себе как уже не о ребенке. Подросток начинает чувствовать себя взрослым, стремиться быть и считаться взрослым.

2. Желание вырваться из-под опеки родителей;

3. Жажда общения со сверстниками – группирование.

## Рекомендации по установлению эффективного взаимодействия с подростком

**1. Как можно чаще показывайте и доказывайте, что вы любите ребенка просто так!**

Например, вы можете проявить свои чувства словами: «Ты мне нужен, ты нам дорог», «Я люблю, когда ты дома».

**2. Сохраняйте спокойный ровный тон общения, даже если вы за что-то критикуете.**

Подростки обращают внимание на тон общения, на крик и повышенный тон, часто могут ответить тем же – раздражением. Помните, что обсуждение – это НЕ нотация! Подростки тяжело воспринимают нотации: «Мы же взрослые». Часто отключаются и перестают воспринимать.

**3. Важно требовать дисциплинированности только после того, как между вами и подростком установлены положительные отношения.**

**4. Важно научиться конструктивно оценивать поступки, действия, а не самого подростка.**

Можно выражать свое недовольство ОТДЕЛЬНЫМИ действиями ребенка, но не ребенком в целом. Избегайте ставить штампы: плохой, лентяй. Задавайте вопросы, ведущие ребенка к пониманию последствий действий: «Что ты можешь сделать для исправления оценки, как и когда сможешь?».

**5. Не стоит постоянно выражать недовольство действиями подростка.**

Иначе это перерастает в неприятие его. Важнее, что ваш ребенок делает хорошо.

**6. Не оградяйте подростка от самостоятельных решений и поступков.**

Не выполняйте за ребенка то, что он может сделать сам.

**7. Чтобы воспитать самостоятельного и ответственного человека,** уважайте ПРАВО выбора подростка.

8. Пусть ваш ребенок постоянно чувствует, что его ценят по достоинству: советуйтесь с ним.

**9. Соблюдайте простое, но важное правило.**

Относитесь к детям уважительно: не поучайте детей в присутствии сверстников.

## Повышение мотивации обучения у подростка

1. Четко ставьте цели перед подростком: чего хотим добиться, какими знаниями обладать.

2. Определяйте и оглашайте сроки реализации поставленной цели (когда я это исправлю, выучу).

3. По возможности, определяйте прикладную направленность обучения (зачем мне это надо знать, как я это применю в жизни?).

4. Четко и своевременно отслеживайте результаты деятельности собственного ребенка в процессе всей работы (учебы).

5. Предъявляйте посильные требования к подростку (зато ты можешь...).

6. Разработайте приемы поощрения (похвала при всей семье). Хвалите за дело – стимулируйте мотивацию.

7. Позитивно, регулярно поддерживайте подростка. Доброе слово и дельный совет лучше порицания.

8. Формируйте положительный стимул. Наказание положительных эмоций не вызывает.

- а) выучишься – поступишь в ВУЗ;
- б) «ты же не хочешь огорчить родителей»;
- в) «ты же хочешь, чтобы тебя уважали»;
- г) «ты способен» (сдать, выучить).