

Уважаемые родители! Проверьте себя, какие чувства вызывает у вас сопротивление подростка, его желание выйти из-под вашего контроля. Помните, что ваша реакция на его поведение - зеркало скрытой эмоциональной проблемы ребенка!

- Если ребенок борется за внимание, то у родителей возникает раздражение.

- Если ребенок противостоит воле родителей, то у них возникает гнев.

- Если скрытая причина конфликта – месть, то ответное чувство родителей – обида.

- Если ребенок переживает свое неблагополучие очень тяжело, родители находятся во власти чувства безнадежности, а порой и отчаяния.

- Если вы отдаете отчет своему поведению, отслеживаете свои поступки, контролируете реакции, т.е. владеете собой, вы скорее сможете наладить отношения с ребенком.

Надеемся, что наши советы помогут вам установить хорошие отношения с вашим ребенком.

Советы психолога:

- если подросток ведет борьбу за ваше внимание, перестаньте фиксировать внимание на непослушании, которым он добивается вашего внимания; этим самым вы разорвете заколдованный круг;

- находите любую возможность, чтобы продемонстрировать свою заинтересованность в подростке;

- если ребенок ведет борьбу за самоутверждение, ослабьте контроль над ним, поймите, что своеволие – лишь мольба о том, чтобы ему дали жить своим умом;

- если ребенок вам мстит, ищите причину. Возможно, что вы не решили свои проблемы;

- если ребенок разуверился в своих силах, перестаньте требовать от него адекватного поведения, принимайте его таким, каков он есть;

- оставьте свои амбиции и ожидания, лучше организуйте совместную деятельность;

- старайтесь поощрять даже самый небольшой его успех;

- сделайте учителей своими союзниками

- сделайте учителей своими союзниками

- сделайте учителей своими союзниками

- сделайте учителей своими союзниками

- сделайте учителей своими союзниками

- сделайте учителей своими союзниками

- сделайте учителей своими союзниками

- сделайте учителей своими союзниками

- сделайте учителей своими союзниками

- сделайте учителей своими союзниками

- сделайте учителей своими союзниками

- сделайте учителей своими союзниками

- сделайте учителей своими союзниками

- сделайте учителей своими союзниками

Этапы выхода из конфликтных ситуаций

1 этап. Прояснение конфликтной ситуации

1. Сначала необходимо выслушать ребенка

2. Уточнить, в чем проблема, что он хочет или не хочет, что его затрудняет, что ему важно.

3. Убедить ребенка в том, что вы услышали его проблему.

4. Рассказать ребенку более точно о своем желании и переживании.

5. Понять, какая же именно потребность ребенка ущемлена.

6. Попытаться более доступно объяснить ваш запрет.

2 этап. Сбор предложений

1. Желательно начать с вопроса: «Как же нам быть?», «Как поступить?»

2. Надо дать ребенку первому высказать свое решение, затем предложить свои варианты.

3. Не отвергайте никаких, даже абсурдных, предложений.

4. Если предложений много, их можно записать на бумаге.

3 этап. Оценка и выбор наиболее приемлемого предложения

1. Провести совместное обсуждение предложений.

2. Создать атмосферу доверительного уважения, учитывая взаимные интересы.

3. Определить и осознать истинные желания друг друга.

4. Сделать акцент на том, что как хорошо вместе решать трудные вопросы.

4 этап. Контроль над выполнением решения

1. Если ребенок потерпит неудачу, лучше, если он сам себе скажет об этом.

2. Разобраться вместе с ним, в чем была причина неудачи.

3. Приободрить, вселить уверенность в том, что ребенок в состоянии самостоятельно справиться с этой проблемой.

Правила общения с ребенком

- Можно выражать недовольство отдельными действиями ребенка, но не ребенком в целом

- Можно осуждать действия ребенка, но не его чувства. Раз они у него возникли. Значит, есть основание.

- Не требуйте от ребенка невозможного или трудновыполнимого. Вместо этого посмотрите. Что вы можете изменить в окружающей обстановке.

- Выражение недовольства действиями ребенка не может быть систематическим, иначе оно перестанет восприниматься.

- Старайтесь не присваивать себе эмоциональные проблемы ребенка.

- Позволяйте ребенку ощутить отрицательные последствия своих действий или своего бездействия. Только тогда он будет взрослеть, и становиться сознательным.

Мудрые советы

- Если ребенка постоянно критикуют, он учится ненавидеть
- Если ребенок живет во вражде, он учится агрессивности
- Если ребенка высмеивают, он становится замкнутым
- Если ребенка часто упрекают, он учится жить с чувством вины
- Если ребенок растет в терпимости, он учится понимать других
- Если ребенка подбадривают, он учится верить в себя
- Если ребенка хвалят, он учится быть благородным
- Если ребенок растет в честности, он учится быть справедливым
- Если ребенок живет в безопасности. Он учится верить в людей
- Если ребенка поддерживают, он учится ценить себя

Заповеди педагогики сотрудничества

- Не унижайте достоинства подростка
- Не угрожайте ему
- Не требуйте того, что не соответствует возрасту
- Не допускайте непоследовательности в требованиях
- Не требуйте от подростка немедленного повиновения
- Не морализируйте, не допускайте назойливых назиданий
- Не потакайте подростку
- Не опекайте его излишне
- Не вымогайте у него обещаний
- Не лишайте его права оставаться подростком



Контрольная для родителей

*(практические техники
для родителей)*

Автор – составитель:
отдел психологии

Адрес МОУ центр «Здоровье»:

13 микрорайон, 12 – А,

телефон: 53-67-59

Новокузнецк, 2015 г.