

## ВОСПИТАТЕЛЮ НА ЗАМЕТКУ

Базовая потребность любого ребенка – доверие к миру, ситуации, другому человеку. Формирование его происходит не путем внушения и назиданий, а путем взаимодействия с теми взрослыми, которые его окружают. То, как реагирует взрослый человек, насколько доверяет миру и какие способы межличностного взаимодействия он выбирает, во многом определяет поведение ребенка.

Дети – тонкие психологи и прекрасно чувствуют слабость старших, и если взрослые демонстрируют подростку собственную несдержанность, истеричность, непоследовательность, то не приходится ждать и от подростков хорошего поведения.

- Любое взаимодействие следует начинать с себя.

- Если вы испытываете злость, раздражение, то, прежде всего надо успокоиться, привести себя в равновесие. Будьте тверды и последовательны.

- Разговаривая с подростком, чаще смотрите ему в лицо. Если задаете вопрос, то подождите, пока подросток ответит. Делайте паузу. Не торопите его.

- Находите в подростке позитивные стороны. Чаще обращайтесь к ребенку за советом: «Мне интересно твое мнение», «А как сам ты думаешь?», «Почему ты не согласен со мной? Докажи, что я не прав».

- Оценивайте не ребёнка, а его поступок.

## **Куда можно обратиться?**

***Региональный ресурсный центр  
сопровождения системы профилактики  
«Перспектива» при КУ ОО «Центр  
психолого-медико-социального  
сопровождения»***

Адрес: г. Омск,  
ул. Комсомольский городок, 14  
Телефон: 8-3812-32-35-90



Казенное учреждение Омской области  
«Центр психолого-медико-социального  
сопровождения»

## **Рекомендации педагогам детского дома**



Региональный ресурсный центр  
сопровождения системы профилактики  
«Перспектива»

Омск, 2020

Подростковый возраст называют по-разному: «трудным», «переходным», кризисным. Период развития детей от 11-12 до 15-16 лет отличается от прочих этапов жизни ребёнка.

Основные изменения происходят в трёх основных сферах: телесная – физиологические изменения; психологическая – изменение самосознания, и социальная – переориентация норм и ценностей.

В силу особенностей «переходного периода» при общении взрослых с подростками часто возникают конфликты. Чтобы избежать их, взрослым надо не только знать, как вести себя, чтобы избежать конфликтов, но и знать, что нельзя делать.

#### **Проблема 1. Ребенок не убирает свои вещи, не следит за своим внешним видом**

— В данном случае не следует читать нотации, повышать голос, говорить с раздражением и применять категорические оценки («неряха, лентяй») и суждения («тебе бесполезно говорить»).

✚ Для решения этой проблемы стоит изменить стиль общения, перейти на спокойный, вежливый тон, понятно и четко объяснять свои желания и ожидания, использовать технику «Я-высказывание».

#### **Проблема 2. Подросток категорически не принимает установленных правил**

— В этом случае не рекомендуется упрямо настаивать на своем, переходить на жёсткое противостояние с ребёнком.

✚ Старайтесь найти компромисс. Когда люди охвачены негативными эмоциями, способность понимать друг друга исчезает. Уступает тот, кто

умнее. Чтобы скандал прекратился, кто-то должен замолчать. Взрослому это сделать легче, чем подростку с неустойчивой психикой.

Ограничений и запретов не должно быть слишком много. Достаточно 2-3 важных запретов, остальные ограничения могут носить рекомендательный характер и выбор – следовать им или нет – принадлежит подростку. Например, можно сказать: «Ты не можешь идти гулять, если у тебя не сделаны уроки (не убрана комната). Но, ты сможешь пойти и погулять на полчаса дольше, если сейчас сделаешь уроки и наведешь порядок в комнате». То есть, вы запрещаете гулять, не подготовившись к школе, но предоставляете выбор подростку, в том, как ему поступить.

#### **Проблема 3. Ребенок кричит, пытается оскорбить. Отказывается от выполнения поручений в грубой форме**

— В такой ситуации не стоит переходить на этот же оскорбительный стиль общения, поддаваться отрицательным эмоциям, грубить в ответ.

✚ Дайте ребенку возможность успокоиться. Выберите время, когда вы и ребенок достаточно спокойны, не напряжены и дружелюбны, поговорите с ребенком.

Если чувствуете раздражение, выполните небольшое упражнение: сделайте глубокий вдох и медленный выдох (2-3 раза), расслабьте напряженные мышцы.

Это поможет смягчить гнев и справиться с отрицательными эмоциями.

Можно сказать: «Я не могу разговаривать на повышенных тонах. Давай поговорим через полчаса, когда ты успокоишься». Или: «Я понимаю, о чем ты,

и что хочешь мне доказать. Это, действительно, важные для тебя вещи. Но давай, поговорим об этом в другом тоне. Так мы быстрее договоримся».

#### **Проблема 4. Подросток высказывает свою точку зрения на какое-либо событие или на ваше указание**

— Не стоит критиковать подростка, запрещать ему иметь свое мнение, обесценивать ребенка, делать ему больно путем язвительных замечаний, например: «Умный сильно. Твое дело слушать и выполнять».

✚ Если вы не согласны, формулируйте аргументы и поощряйте подростка в том, чтобы он обосновывал свою позицию – с чем он не согласен. Выходить из трудных ситуаций ребенок учится у взрослых.

Тон, которым сообщается требование или запрет, должен быть разъяснительным и дружелюбным.

#### **Проблема 5. Многие подростки высказывают учителям недоверие**

— Для установления доверительных отношений с подростком не нарушайте данное обещание и не раскрывайте секреты, доверенные вам.

✚ Прежде чем что-то пообещать подростку, хорошо подумайте, сможете ли вы это выполнить, в ваших ли это силах. Невыполненные обещания разрушают доверие и обесценивают вас как взрослого. Если вы не сможете выполнить обещание, обязательно аргументируйте свое решение, предложите другой вариант или иное время.