

Рекомендации педагога-психолога родителям

по установлению эффективного взаимодействия с подростками.

Основные психологические особенности подросткового возраста:

1. Обострение чувства взрослости;
2. Желание вырваться из-под опеки родителей;
3. Жажда общения со сверстниками – группирование.

Рекомендации:

1. Уважаемые родители, 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. Уважаемые родители, 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. Уважаемые родители, важно требовать дисциплинированности только после того, как между вами и подростком установлены положительные и доверительные отношения.

4. Уважаемые родители, 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, неумеха. Задавайте вопросы, ведущие ребёнка к пониманию последствий действий: «Что ты можешь сделать для исправления оценки, как и когда сможешь?»

5. Уважаемые родители, не стоит постоянно выражать недовольство действиями подростка. Иначе это перерастает в неприятие его. Важнее, что ваш ребенок делает хорошо.

6. Уважаемые родители, не ограждайте подростка от самостоятельных решений и поступков. Не выполняйте за ребенка то, что он может сделать сам.

7. Уважаемые родители, чтобы воспитать самостоятельного и ответственного

человека, уважайте ПРАВО выбора подростка.

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

9. Уважаемые родители, соблюдайте простое, но важное правило.

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

Памятка для родителей по повышению мотивации обучения у подростка.

1. Чётко 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. Чётко и своевременно отслеживайте результаты деятельности собственного ребёнка в процессе всей работы (учёбы).
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, написать).
9. Так как ведущая деятельность подростка – общение, группирование, обучение должно происходить через общение. Оцените положительные действия ребёнка, спросите мнение по предмету, обсудите с ним предмет.
10. Не сравнивайте результаты обучения вашего подростка с ребятами из класса, это может привести к раздражению.