1. с ними, хотя бы по телефону, или выполнить их небольшие поручения.
2. Говорить с детьми и подростками о цикле жизни, помогать им с ранних лет участвовать в ритуалах, связанных с рождением, смертью и другими главными вехами жизни, объяснять, что старость - это не уродство, а безграничная житейская мудрость.
3. Беречь семейную историю, рассказывать детям о предках, воспитывая в них гордость за свои корни.
4. Обращаться за профессиональной психологической помощью, если ваш ребенок испытывает наслаждение, истязая зверушек или более слабых людей. Лишь в крайне редких случаях детская агрессия свидетельствует о серьезных психических отклонениях. Скорее всего, ребенок просто не умеет выплескивать негативные эмоции и переживания другим, более мирным способом. И основная задача родителей и педагогов - научить его разрешать конфликты позитивно.

**ПОДРОСТКОВЫЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ**

**92-96-56**

**72-66-44**

**ВСЕРОССИЙСКИЙ ДЕТСКИЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ**

**8 800 2000 122**

**Помните, что есть люди,**

 **всегда готовые прийти на помощь!**

Государственное бюджетное образовательное учреждение Саратовской области «Школа-интернат АОП № 1

г. Саратова»

**Конфликт:**

**пути выхода**



**Саратов**

***Конфликт в переводе с латыни означает столкновение.***

 ***Конфликтологи утверждают, что бесконфликтных взаимоотношений не бывает.***

**Почему происходят конфликты?**

- Не умеем выслушать друг друга, не хотим вникнуть в то, как выглядит ситуация с точки зрения другого, не хотим понять интересы друг друга и найти общие интересы.

**Какие навыки необходимы любому человеку при решении конфликтов?**

1.Умение слушать.

2.Умение справляться со стрессом, владеть своими эмоциями.

3.Умение сохранять уверенность в себе, постоять за себя.

4.Умение критиковать и правильно реагировать на критику.

5.Умение принимать решение.

6.Умение уважать друг друга, и начинать эту науку нужно с себя.

***Шесть шагов для разрешения конфликта (схема)***

***Шаг 1***: *Что привело к конфликту?*

Чего я так хочу, что это привело к конфликту?

Чего хочет человек, с которым у меня конфликт?

***Шаг 2:*** *Из-за чего возник конфликт?*

Нам хочется одного и того же или мы хотим, чтобы что-то разное происходило одновременно?

***Шаг 3***: *Могу ли я придумать решение, в ходе кото­рого мы оба получим то, чего хотим?*

Сколько таких решений я могу придумать; мы можем придумать вместе; нам могут подсказать другие люди?

***Шаг 4***: *Какое из этих решений самое лучшее?*

К чему приведет каждое из предлагаемых решений?

***Шаг 5***: *Какие решения наиболее приемлемы для нас обоих?*

С каким из них мы оба согласимся? Буду ли я дово­лен их результатами? Будет ли доволен мой противник?

Будем ли мы придерживаться этого решения?

***Шаг 6***: *С чего нам следует начать после того, как мы примем решение, и из чего будет ясно, что мы не ошиблись?*

***Правила поведения с подростками в целях профилактики возникновения агрессивных тенденций в поведении***

1. Относиться к детям и подросткам с уважением, не проявлять грубость по отношению к ним, стараться разговаривать с ними на равных.
2. Учить ребенка выражать негативные чувства словами, а не кулаками.
3. Ограничивать время у телевизора и исключать из эмоционального рациона ребенка фильмы и передачи, прославляющие насилие и убийство.
4. Прививать любовь к чтению, на литературных примерах воспитывать сочувствие к слабым, желание помочь.
5. Учить подростков не заражаться энергией стаи, а выбирать приятелей, с которыми у них есть не только общие интересы, но и взаимное уважение и понимание. Очень хорошо, если вы знаете друзей своего ребенка.
6. Проводить с ребенком и подростком время на природе, играть в подвижные игры, вовлекать в занятия спортом, в кружки и факультативы (учитывая предпочтения ребенка). Когда ребенок занят полезным и интересным делом, его уже не потянет на "кулачные бои".
7. Воспитывать уважение к старым людям собственным примером: проявлять участие к пожилым соседям, уступать место старшим людям в автобусе. Проявлять заботу о людях старшего поколения общаться

**ВЫБИРАЕМ УЧЕБНОЕ ЗАВЕДЕНИЕ**

- Собирая информацию об учебном заведении, следует получить ответы на следующие вопросы:

- Какой уровень образования позволяет получить учебное заведение (профессионально-техническое, среднее специальное, высшее)?

- По каким специальностям и специализациям осуществляется профессиональная подготовка?

- Какая квалификация присваивается по окончании учебного заведения?

- Каковы предоставляемые формы обучения (дневная, вечерняя, заочная)? Платное или бесплатное обучение? Размер оплаты?

- Каков порядок приема в учебное заведение (сроки подачи документов, сроки сдачи экзаменов, льготы поступающим)?

- Какова продолжительность обучения? - - - - Оказывает ли учебное заведение помощь в трудоустройстве выпускников?

- Есть ли подготовительные курсы. Когда они начинают работать и какая оплата?

- Адрес учебного заведения и его полное название?

**ВОПРОСЫ ПО ПЛАНИРОВАНИЮ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КАРЬЕРЫ**

(задайте эти вопросы детям, подумайте над ответами вместе)

От каких своих умений и способностей ты получаешь наибольшее удовлетворение?

Твои основные интересы и любимое времяпрепровождение?

Твои любимые учебные предметы?

Чем бы ты хотел заниматься каждый день по 8 часов из года в год?

О какой работе ты мечтаешь?

Каким ты представляешь свое занятие через 10 лет?

Какая работа была бы для тебя идеальной?

Твои сильные стороны и навыки, позволяющие тебе считать себя подходящим для работы, которая тебе кажется идеальной?

Какие пробелы в своих знаниях и умениях тебе необходимо ликвидировать, чтобы получить идеальную работу?

Если работа, идеальная для тебя недостижима в настоящее время, то какую работу ты мог бы выполнять, чтобы продвигаться в избранном направлении?

Главное, спланируйте ближайшие и долгосрочные цели в области профессии и карьеры и действуйте!

**ГБОУ СО «Школа-интернат**

**АОП №1 г. Саратова»**

**РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ,**

**ПОМОГАЮЩИМ ШКОЛЬНИКУ**

**ВЫБРАТЬ БУДУЩУЮ ПРОФЕССИЮ**

 

**Саратов**

Выбор профессии — трудный и важный шаг в жизни человека. Не выбирайте будущую профессию случайно. Доверьтесь профессионалам. Обдумайте выбор с учетом способностей ребенка, его внутренних убеждений, реальных возможностей, взвесив все «за» и «против»:

- обдумайте все его хобби, интересы, увлечения — они могут стать его профессией.

- взвесьте сильные и слабые стороны, главные и второстепенные качества.

- ознакомьтесь с профессиями, которые соответствуют его интересам и способностям; приобретайте информацию о новых и востребованных профессиях.

- общайтесь с людьми избираемых профессий, совершайте вместе с ребенком экскурсии на рабочие места этих специалистов, ознакомьтесь с характером и условиями труда.

- посещайте дни открытых дверей в учебных заведениях, в которых можно получить избранную профессию.

- сравните личные качества и возможности ребенка с характером той профессии, которую он выбираешь.

- если ребенок твердо принял решение — не настаивайте, чтобы он отступил, пусть решительно идет к намеченной цели.

И всегда помните: окончательный выбор только за ним, ибо выбирая профессию, он выбирает судьбу. Профессия должна приносить удовольствие, положительные эмоции, обеспечивать максимальную реализацию возможностей человека и приносить пользу обществу.

**ПРИНЦИПЫ, КОТОРЫЕ СЛЕДУЕТ УЧИТЫВАТЬ ПРИ ВЫБОРЕ ПРОФЕССИИ.**

ПРИНЦИП СОЗНАТЕЛЬНОСТИ.

-что он хочет;

-что он может;

-что от него потребует работа и коллектив.

ПРИНЦИП СООТВЕТСТВИЯ. Будущая профессия должна соответствовать интересам, склонностям, способностям, состоянию здоровья человека и одновременно потребностям общества.

ПРИНЦИП АКТИВНОСТИ. Профессию нужно активно искать самому. В этом большую роль играют участие в кружках, секциях, на факультативах; чтение литературы, экскурсии, встречи со специалистами, посещение учебных заведений в «Дни открытых дверей».

ПРИНЦИП РАЗВИТИЯ. Развитие мышления, памяти, внимания, трудолюбия, добросовестности, организованности, самостоятельности, инициативности, выдержки, настойчивости.

**ЗАТРУДНЕНИЯ РЕБЕНКА**

**ПРИ ВЫБОРЕ ПРОФЕССИИ**

1. НЕЗНАНИЕ ПРАВИЛ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ:

давление родителей;

выбор профессии за компанию;

ориентация сразу на профессии высокой квалификации;

неумение определить путь получения профессии.

2. НЕЗНАНИЕ САМОГО СЕБЯ:

незнание или недооценка своих физических особенностей;

незнание или недооценка своих психологических особенностей;

неумение соотнести свои способности с требованиями профессии;

3. НЕЗНАНИЕ МИРА ПРОФЕССИЙ:

увлечение только внешней стороной профессии;

предубеждение в отношении престижности профессии;

незнание требований профессии к человеку.

          Пригласите его(ее) подружку(друга) к себе, познакомьтесь – это позволит вам получить объективное, более правдоподобное, а не голословное представление о том, с кем встречается ваш ребенок. Лучше, если вы разрешите им встречаться у себя дома, чтобы им не пришлось искать случайных и сомнительных приютов для свиданий.

          Расскажите им о себе, вашей истории первой любви – это поможет вам найти взаимопонимание с ребенком.

          Если вы сумеете установить с ним дружеские отношения, вы будите иметь возможность не просто контролировать его поведение, но влиять на его поступки.

          Позвольте подростку самостоятельно разобраться в объекте своей привязанности, и если у него наступит разочарование в своих чувствах, пусть оно исходит не от вас, а от него самого. Он почувствует, что способен самостоятельно разбираться в ситуации и принимать решения.

          Помните, что, с одной стороны, подросток остро нуждается в помощи родителей, сталкиваясь с множеством проблем, а с другой – стремится оградить свой внутренний мир интимных переживаний от бесцеремонного и грубого вторжения, и он имеет на это полное право!

**ВСЕРОССИЙСКИЙ ДЕТСКИЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ**

**8 800 2000 122**

**Помните, что есть люди,**

 **всегда готовые прийти на помощь!**

Государственное бюджетное образовательное учреждение Саратовской области «Школа-интернат АОП № 1

г. Саратова»

**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**



**Этот «трудный» подросток**

**Саратов**

**Трудный подросток**

* Не злоупотребляйте наказаниями и запретами. Найдите причину или причины такого поведения. Помните, что к вашему ребенку нужен индивидуальный подход.

          Усильте познавательный интерес. Вовлекайте сына или дочь в разные виды деятельности, но держите ситуацию под постоянным контролем.

          Разговаривайте, объясняйте, но не ставьте условий, не требуйте сразу идеального поведения. Комплексно вводите изменения в режим дня, в общество подростка, в досуг.

          Замечайте даже незначительные изменения в поведении, так как сначала асоциальное поведение проявляется эпизодически, ситуативно.

          Позже отклонения происходят чаще, положительные качества перестают доминировать, но сохраняются. И, наконец, асоциальное поведение входит в привычку.

          Необходимо найти сильные стороны или, лучше сказать, качества подростка и правильно их использовать, развивать, давая посильные задания. В ребенка необходимо верить – это главное! Громадное значение имеет для трудного подростка испытать счастье, радость от успеха. Это величайший стимул к самосовершенствованию. Говорите с ребенком, избегайте резких выражений.

 Чтобы не заводить ваши отношения с подростком в тупик, обратите внимание на следующие советы.

           Цените их откровенность, искренне интересуйтесь проблемами.

          Общайтесь на равных, тон приказа срабатывает не в вашу пользу. Дайте понять, что вы понимаете их.

          Нельзя подшучивать над ними, высмеивать чувства, умаляя их значение. Постарайтесь отнестись к вашим детям с уважением, помните об их ранимости и уязвимости.

          Не раздражайтесь и не проявляйте агрессивности, будьте спокойны, сдержанны. Помните, что ваша грубость вызовет их ответную реакцию.

          Не говорите об объекте увлечения вашего ребенка пренебрежительным тоном, тем самым вы унизите его самого.

          Ни в коем случае нельзя грубо и категорично разрывать отношения подростков, ведь они только еще учатся общаться друг с другом и чаще всего даже и не помышляют ни о чем плохом

**ПОДРОСТКОВЫЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ**

**92-96-56**

**72-66-44**

**ВСЕРОССИЙСКИЙ ДЕТСКИЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ**

**8 800 2000 122**

**Помните, что есть люди,**

 **всегда готовые прийти на помощь!**

Государственное бюджетное образовательное учреждение Саратовской области «Школа-интернат АОП № 1

г. Саратова»

**Переживания по поводу своей внешности: чем помочь?**



Саратов

**Чем помочь?**

1. Ребенок должен знать об особенностях своего возраста. Родители должны подготовить его, предлагая для прочтения литературу для подростков или беседуя по материалам книг для родителей.

2. Будьте осторожны и тактичны в высказываниях. Не выражайте досаду, наблюдая неуклюжие движения своего ребенка. Видя, как нелепо он одет, воздержитесь от замечания или же сделайте это в подходящее время мягкими, добрыми, дружескими словами в виде ненавязчивого предложения поразмыслить вместе над тем, как можно выглядеть красивее, стильнее и т.п. Будьте очень осторожны, чтобы не нанести подростку психологическую травму. Не показывайте свое разочарование, если ребенок выглядит не так, как Вам хочется. Ни в коем случае не подшучивайте над ребенком по поводу его внешности.

3. Если у подростка лишний вес, побеседуйте с ним о необходимости занятий спортом, помогите ему найти секцию по душе. Стоит отметить, что в городе существует достаточно бесплатных секций. Пересмотрите питание в семье, выбрав более полезный стиль питания.

4. Расскажите подростку, что, так как он уже практически взрослый, необходимо следить за кожей лица. Выберите вместе с ним (не за него, а вместе с ним) средства для умывания, тоник, увлажняющий крем для соответствующего возраста, возможно, специальное средство от прыщей. В каких-то случаях нужна будет консультация дерматолога или процедуры у косметолога (например, чистка лица). Особо следует напоминать ребенку, что угревая сыпь – это временное явление, с возрастом она пройдет, а уход за кожей и правильное питание могут значительно ее уменьшить.

5. Помогите подростку в улучшении внешности: предложите выбрать себе прическу и сходить к парикмахеру (или научиться делать ее дома). Не навязывайте свое решение, а тактично предложите выбрать из всех вариантов (и предложенных Вами, и ребенком) наилучший с его точки зрения. Возможно, длинной челкой подросток хочет скрыть прыщики на лбу, а длинными волосами – оттопыренные уши.

6. Расскажите подростку, как достигается «безупречная» внешность звезд и моделей на обложках журналов. Найдите в Интернете и покажите фото знаменитостей без макияжа, в повседневной одежде. Расскажите, как «убираются» прыщи на фото с помощью «Фотошопа».

7. Не обсуждайте чрезмерно в присутствии подростка внешние данные свои или окружающих. Это может способствовать фиксированности ребенка на внешности.

8. Найдите и почитайте вместе с ребенком биографии знаменитых людей – например, актеров, актрис, которые в детстве считали себя «гадким утенком», а некоторые и во взрослом возрасте не соответствуют общепринятым стандартам внешней красоты. Это не помешало им добиться успеха в жизни. Подчеркните, что внешняя красота, соответствие «модельным» критериям – это не залог успешной и счастливой жизни. Большую роль играют упорство, целеустремленность, прочие душевные качества и вообще внутренняя красота.

9. Постарайтесь создать условия, при которых подросток будет максимально занят. Участие в каком-то интересном виде деятельности даст ему возможность самоутверждаться и самореализовываться, что отвлечет его от переживаний по поводу своей внешности.

10. Любые успехи подростка – в учебе, в общении и не только -  необходимо отмечать похвалой, которая поможет в формировании у него высокой самооценки.

11. Способствуют повышению самооценки положительные высказывания по поводу его внешности – какой он симпатичный, красивый, обаятельный, привлекательный, милый и т.п.

12. Необходимо учить подростка принимать себя таким, какой он есть, любить себя, ценить свою индивидуальность. Это могут сделать родители, которые сами к себе относятся так же.

**ПОДРОСТКОВЫЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ**

**92-96-56**

**72-66-44**

**ВСЕРОССИЙСКИЙ ДЕТСКИЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ**

**8 800 2000 122**

**Помните, что есть люди,**

 **всегда готовые прийти на помощь!**

**Государственное бюджетное образовательное учреждение Саратовской области «Школа-интернат АОП № 1**

**г. Саратова»**

О чем молчит подросток или 15 особенностей «трудного возраста»



Саратов

**1. «Мои права ущемляют!» - «Мне нужна поддержка»**
Подростки начинают оказывать сопротивление по отношению к ранее выполняемым требованиям со стороны взрослых, активнее отстаивать свои права на самостоятельность, отождествляемую в их понимании со взрослостью. Они болезненно реагируют на реальные или кажущиеся ущемления своих прав, пытаются ограничить претензии взрослых по отношению к себе. Несмотря на противодействие, проявляемое по отношению к взрослому, подросток испытывает потребность в поддержке. Особо благоприятной является ситуация, когда взрослый выступает в качестве друга. Совместная деятельность, общее времяпрепровождение помогают подростку по-новому узнать взаимодействующих с ним взрослых. В результате создаются более глубокие эмоциональные и духовные контакты, поддерживающие подростка в жизни. Подросток испытывает потребность поделиться своими переживаниями, рассказать о событиях своей жизни, но самому ему трудно начать столь близкое общение.

**2. «Не давите на меня!» - «Объясните, зачем»**
Если подросток почувствует, что от него многого ожидают, он может пытаться уклониться от выполнения обязанностей под прикрытием наиболее «доброго» взрослого. Поэтому для освоения новой подростковой системы отношений важна аргументация требований, исходящих от взрослого. Простое навязывание требований, как правило, отвергается. То, что родителям порой кажется бессмысленным упрямством, на самом деле - попытка твердо отстоять свое мнение.

**3. «Я не маленький!» - «Прекратите несправедливость»**
В случаях, когда взрослые относятся к подросткам как к маленьким детям, последние выражают свой протест в различных формах, проявляют неподчинение, чтобы изменить сложившиеся ранее отношения. Реакция протеста подростка бывает и в тех случаях, когда в семье конфликтная обстановка. Родители ссорятся между собой, а реакция протеста ребенка направлена против них, поскольку они, по его мнению, виноваты перед ним, и он реализует свой протест в утрированной форме, совершает мелкие правонарушения - все делает назло родителям. Причиной реакции протеста может быть равнодушное отношение родителей, несправедливое, болезненное для самолюбия ребенка наказание, запрещение чего-либо, что значимо для него, например, запрет видеться с приятелями.

**4. «Я крутой!» - «Я неудачник...»**Слабость и неудачливость в какой-либо одной области подросток стремится компенсировать успехами в другой. Причем сравнительно часто встречаются формы гиперкомпенсации, когда для самореализации выбирается область деятельности, представляющая наибольшие трудности. Свою неуверенность и скованность подростки прячут под маской напыщенной самоуверенности, немотивированного упрямства и словесной агрессии. Если ребенок становится груб, нужно ласково поговорить с ним.

**5. «Всем наплевать на меня» - «У меня тоже есть своя жизнь»**
Недостаток внимания, заботы и руководства, формализм взрослых болезненно воспринимаются подростком. Он чувствует себя лишним, ибо является источником обременяющих хлопот. Подросток в подобных случаях обычно начинает жить своей тайной жизнью.

**6. «Я сам!» - «Хочу больше свободы»**Чрезмерная опека и контроль, необходимый, по мнению родителей, также нередко приносят негативные последствия: подросток оказывается лишенным возможности быть самостоятельным, научиться пользоваться свободой. В этом случае у него активизируется стремление к самостоятельности. Взрослые же нередко реагируют на это ужесточением контроля, изоляцией своего чада от сверстников. В результате противостояние подростка и родителей лишь возрастает.

**7. «Я не хочу ссориться» - «Я кое-что скрываю от родителей»**

Вместе с тем многие подростки стремятся избегать конфликтов, пытаясь скрыть недозволенные поступки. Стремление к явным конфликтам с родителями проявляется сравнительно редко.

**8. «Что такое секс?» - «Поговорите со мной открыто на тему секса»**

Подросток хочет от родителей узнать подробно об особенностях сексуальных отношений. Если у вас сын (или дочь) подросткового возраста, а раньше вы с ним (или с ней) никогда не говорили на темы половых отношений, то придется это сделать, хотя бы сейчас. Уж лучше поздно, чем никогда. Психологи говорят, что в тех семьях, где родители умеют говорить с детьми на эту тему, не краснея и не запинаясь на трудных словах, подростки гораздо позже приобретают первый сексуальный опыт.

**9. «Она такая классная!» - «Я мечтаю быть, как ...»**
Подросток пытается подражать лучшим. Комната подростка обычно сплошь завешана портретами абсолютных чемпионов мира, модных певцов, футболистов, теннисистов, гонщиков. У девочки рядом c красавцами певцами и актерами красуются топ-модели и киноактрисы. Голливуда. Если вы не знаете, что происходит в душе вашего ребенка, посмотрите на стены в его комнате. Там - мечта души.

**10. «Что-то есть совсем не хочется...» - «Я влюблен(а)! И это навсегда!»**

В этом возрасте часто переживается платоническая любовь. Она характеризуется высоким накалом чувств, сладостным трагизмом, самоотречением и жертвенностью, убежденностью в уникальности переживаемого подростком чувства. Подросток так сильно страдает от любви - не спит, не ест, тоскует и сохнет на глазах, что пугает пап и мам. Родителям, педагогам и другим взрослым людям такой накал чувств кажется непонятным.

**11. «Я страшный!» - «Я переживаю о своей внешности»**

Подросток переживает из-за некрасивой внешности.

**12. «И скучно, и грустно...» - «Я хочу приобщиться к компании сверстников»**
Подросток не находит увлечений. Собираясь в группе сверстников (обычно группы организуются по территориальному признаку - живут в одном дворе, в одном районе, учатся в одной школе), многие подростки не могут придумать себе какого-то интересного занятия. Они сидят во дворе, бренча на гитаре или слушая музыку, катаются на мотоциклах, если они у них есть, или бесцельно бродят по улицам в надежде на какое-то «приключение», которое разнообразило бы их жизнь. Со временем они сами находят себе такие «приключения» и развлечения, которые чаще всего имеют асоциальную направленность. Лидером подростковой группы становится кто-то из ребят, обычно тот, который старше других; имеет опыт употребления спиртного или наркотиков, или имеет психические отклонения, или физически сильнее остальных. Если лидер имеет криминальный опыт, то такая группа может превратиться в банду, тщательно охраняющую свою территорию от других таких же группировок, в борьбе с которыми проходит их жизнь. Банда собирается во дворах, в подвалах, на чердаках, пустырях, заброшенных стройках. У многих родителей шоковые вопросы: как получается, если их ребенок-отличник в плохой компании? А ведь многие подростки из благополучных семей завидуют неблагополучным их свободе, мечтают стать членами такой организации. Ребята заискивают перед сильными, задабривают их деньгами, оказывают разные услуги, и со временем их принимают в группу. Так прежние тихони и домоседы могут приобщиться к пьянкам, наркотикам, асоциальным формам поведения.

**13. «Хочу стать президентом!» - «Я не знаю, кем я буду...»**

Кем быть? В мечтах о будущем, в профессиональных намерениях отражается прежде всего потребность подростка быть значительным. Его профессиональные планы в ранней юности часто представляют собой расплывчатые мечты, которые никак не соотносятся с практической деятельностью. Эти планы ориентированы скорее на социальный престиж профессии, чем на собственную индивидуальность. Отсюда и характерная завышенность уровня притязаний, потребность видеть себя непременно выдающимся, великим.

**14. «Я хочу умереть!» - «Мне страшно, что если я умру, жизнь все равно будет продолжаться»**

У подростка часто возникают размышления на тему смерти. Личная жизнь кажется безмерно малой песчинкой в громадном океане космоса всеобщей жизни. И от того, что эта песчинка может затеряться в этом общем потоке, становится страшно. Страшно, что вот кончится моя жизнь, мир будет продолжать жить. Бывает так, что подростки предают смерти романтический оттенок. Как выход из проблем и конфликтов они видят смерть. И как бы видят ее со стороны: вот он лежит в гробу, все оплакивают, приносят цветы, говорят добрые слова и жалеют, какого человека потеряли. Но ведь нет обратного процесса, и нельзя допускать, чтобы у ребенка были суицидальные темы. Берегите своего ребенка, будьте чуткими.

**15. «Все вокруг лицемерят!» - «Будьте искренними со мной»**

Подросток боится неискренности. На его формирующуюся психику оказывают огромное влияние эмоциональные отношения между родителями и их поведение. Родители больше воспитывают не словами, а собственным примером. Если они говорят одно, а сами делают другое, то это деформирует психику подростка.

**ПОДРОСТКОВЫЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ**

**92-96-56**

**72-66-44**

**ВСЕРОССИЙСКИЙ ДЕТСКИЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ**

**8 800 2000 122**

**Помните, что есть люди,**

 **всегда готовые прийти на помощь!**

**Государственное бюджетное образовательное учреждение Саратовской области «Школа-интернат АОП № 1 г. Саратова»**

***Как правильно вести себя с агрессивным ребенком***



**Саратов**

***В ряде случаев при проявлениях детской или подростковой агрессии требуется срочное вмешательство взрослых. Экстренное вмешательство нацелено на уменьшение или избегание агрессивного поведения в напряженных, конфликтных ситуациях. Для более конструктивного воздействия на агрессивные реакции детей и подростков разработаны специальные рекомендации для педагогов и родителей*.**

 **1. Спокойное отношение в случае незначительной агрессии.**

В тех случаях, когда агрессия детей и подростков не опасна и объяснима, можно использовать следующие позитивные стратегии:
- полное игнорирование реакций ребенка/подростка - весьма мощный способ прекращения нежелательного поведения;
- выражение понимания чувств ребенка ("Конечно, тебе обидно...");
- переключение внимания, предложение какого-либо задания ("Помоги мне, пожалуйста, достать посуду с верхней полки, ты ведь выше меня");
- позитивное обозначение поведения ("Ты злишься потому, что ты устал").

**2. Акцентирование внимания на поступках (поведении), а не на личности.**

Проводить четкую границу между поступком и личностью позволяет техника объективного описания поведения. После того как ребенок успокоится, целесообразно обсудить с ним его поведение.

Один из важных путей снижения агрессии - установление с ребенком обратной связи.

Для этого используются следующие приемы:
- констатация факта ("ты ведешь себя агрессивно");
- констатирующий вопрос ("ты злишься?");
- раскрытие мотивов агрессивного поведения ("Ты хочешь меня обидеть?", "Ты хочешь продемонстрировать силу?");
- обнаружение своих собственных чувств по отношению к нежелательному поведению ("Мне не нравится, когда со мной говорят в таком тоне", "Я сержусь, когда на меня кто-то громко кричит");
- апелляция к правилам ("Мы же с тобой договаривались!").

**3. Контроль над собственными негативными эмоциями.**

Когда взрослый человек управляет своими отрицательными эмоциями, то он не подкрепляет агрессивное поведение ребенка, сохраняет с ним хорошие отношения и демонстрирует, как нужно взаимодействовать с агрессивным человеком.

**4. Обсуждение проступка.**

Анализировать поведение в момент проявления агрессии не нужно, этим стоит заниматься только после того, как ситуация разрешится и все успокоятся. В то же время, обсуждение инцидента необходимо провести как можно скорее. Лучше это сделать наедине, без свидетелей, и только затем обсуждать в группе или семье (и то не всегда). Во время разговора важно сохранять спокойствие и объективность. Нужно подробно обсудить негативные последствия агрессивного поведения, его разрушительность не только для окружающих, но, прежде всего, для самого агрессора.

**6. Сохранение положительной репутации ребенка.**

Ребенку, тем более подростку, очень трудно признать свою неправоту и поражение. Самое страшное для него - публичное осуждение и негативная оценка. Дети и подростки стараются избежать этого любой ценой, используя различные механизмы защитного поведения. И действительно, плохая репутация и негативный ярлык опасны: закрепившись за ребенком/подростком, они становятся самостоятельной побудительной силой его агрессивного поведения.

Для сохранения положительной репутации целесообразно:

- публично минимизировать вину подростка ("Ты не важно себя чувствуешь", "Ты не хотел его обидеть"), но в беседе с глазу на глаз показать истину;
- не требовать полного подчинения, позволить подростку/ребенку выполнить ваше требование по-своему;
- предложить ребенку/подростку компромисс, договор с взаимными уступками.

**7. Демонстрация модели неагрессивного поведения.**
Важное условие воспитания "контролируемой агрессии" у ребенка - демонстрация моделей неагрессивного поведения.