

Рецензия  
на методическую рекомендацию:  
«Как общаться с подростком»  
педагогов - организаторов  
МБОУ ДО ДДТ «Созвездие»  
**Андреевкова Андрея Валерьевича и  
Некоз Оксаны Евгеньевны**

Методическая рекомендация: «Как общаться с ребенком» разработана нестандартно, интересно. Считаю, что при помощи рекомендации «Как общаться с подростком», педагоги смогут помочь родителям, чтобы они увидели в общих чертах, как можно нейтрализовать возникающие конфликты, приобретут базовые знания по психологии конфликтов и научатся конструктивно сотрудничать и взаимодействовать со своими детьми.

В рекомендации автор описывает некоторые стереотипы и предрассудки, из-за которых часто появляются конфликты. В программе присутствуют, как традиционные формы, так и элементы обучения.

Данное методическая рекомендация – ресурсное средство и оно может быть дополнено педагогом или психологом, которые посчитают, что надо внести нововведения или незначительные изменения.

Педагоги-организаторы Андреевков А.В. и Некоз О.Е. представили в методической разработке перечень тактик поведения, благодаря которым при систематическом выполнении возможно улучшение в детско-родительских отношениях, а также гармонизация в ученическом коллективе.

Цель методической рекомендации: научить педагогов определённым педагогическим приемам и навыкам при помощи дополнительных упражнений.

По мнению специалистов, данные рекомендации – содержательное, последовательное и прекрасно наполненное руководство, которое могут использовать как педагоги, так и родители подростков.

Рекомендации написаны доступно и понятно. Авторы предлагают свою интерпретацию практических навыков в области общения с подростком.

Рецензируемое пособие станет интересным для педагогов, родителей, а также слушателей, которым нужно повысить квалификацию в данной области.

18.05.2022

Кандидат педагогических наук,  
доцент кафедры общей и социальной педагогики  
ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет»

 О.А. Ус

Подпись Ус О.А. заверяю



секретарь Руденко Е.Ю.



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «СОЗВЕЗДИЕ»  
муниципального образования город Краснодар**

**Методические рекомендации  
для педагогов дополнительного образования  
и педагогов - организаторов  
«Как общаться с подростком»**

**Педагог – организатор  
МБОУ ДО ДДТ «Созвездие»  
Андреенков А.В., Некоз О.Е.**

**Краснодар  
2022**

## Пояснительная записка

*«В подростках меня больше всего раздражают... сами подростки» — этой фразой можно описать состояние родителей, ошарашенных внезапно и стремительно наступившим пубертатом. Еще вчера ваш малыш был предсказуемым, добрым и отзывчивым, а сегодня в доме — аналог Великой Французской революции. Подростки — невероятные существа с кучей энергии, сил и оригинальным взглядом даже на обыденные вещи. Большая честь и искусство — быть частью процесса становления новой личности. Главное — не ошибиться. В данной разработке собраны рекомендации для родителей и педагогов о подходах и методах построения межличностных отношений между нами взрослыми и подростками.*

Человек - существо социальное. Мы живем среди людей, поэтому не можем не общаться. В связи с огромной определяющей ролью общения в развитии и формировании личности, в нашей науке за последние годы обнаружился острый интерес к его изучению.

Общение играет важнейшую роль на протяжении всей жизни человека, а в подростковом возрасте проблема общения стоит особенно остро. Поэтому актуальным является изучение особенностей общения на разных этапах развития подростка и учёт их в своей работе по воспитанию подрастающего поколения психологами и педагогами.

В российской педагогической энциклопедии дается следующее определение общения: " Общение - это взаимодействие двух или более людей с целью установления и поддержания межличностных отношений, достижения общего результата совместной деятельности".

В психологии при анализе общения выделяется ряд компонентов:

- «коммуникация» (обмен информацией между людьми),
- «социальная перцепция» (восприятие и понимание человека человеком),
- «интеракция» (взаимодействие).

Практически общение выступает как совокупность этих компонентов.

Огромное значение межличностного общения объясняется важнейшими функциями, которое оно выполняет. Во-первых, в общении осуществляется обмен информацией между людьми. В общении вырабатываются правила поведения, цели, средства, мотивы поведения, усваиваются его нормы, оцениваются поступки, складывается своеобразная иерархия ценностей, шкала социализации человека. Не удивительно, что именно в общении человек познает и переживает свою значимость. Поэтому его правильная направленность становится источником, одним из важнейших путей формирования человеческой личности.

Входя в различные общности, человек выступает в них и как субъект, и как объект общения. То есть в процессе общения он испытывает на себе

влияние окружающих и, в свою очередь, оказывает определенное воздействие на них в процессе коммуникативного взаимодействия. Еще Аристотель в своей «Риторике», как бы давая наиболее общую схему коммуникации, отмечал, что для осуществления любого акта человеческого общения необходимо по крайней мере три элемента: 1) лицо, которое говорит; 2) речь, которую это лицо произносит; 3) лицо, которое эту речь слушает.

Рассматривая проблему общения в подростковом возрасте, можно сказать, что оно является одним из важнейших факторов возникновения, развития и укрепления познавательных интересов у растущего человека.

Древнерусское слово «отрок» обозначало и дитя, и подростка, и юношу. «Отрок» буквально означает «не имеющий права говорить» (от слов «от» и «реку»). В словаре Даля подросток определяется как «дитя на подрасте», около 14-15 лет.

Подростковый возраст - период развития детей от 11-12 до 15-16 лет. Подростковый возраст называется также переходным возрастом, т. к. он характеризуется постепенным переходом от детства к взрослости. По уровню и характеру психического развития подростковый возраст - типичная эпоха детства. С другой стороны, подросток - растущий человек, стоящий на пороге взрослой жизни. Достигнутый уровень развития, возросшие возможности подростка вызывают у него потребность в самостоятельности, самоутверждении, признании со стороны взрослых его прав и потенциальных возможностей. Взрослые же, подчёркивая, что подросток уже не маленький ребёнок, и предъявляя к нему повышенные требования, часто продолжают отказывать ему в праве на самостоятельность, в возможностях для самоутверждения. Такое двойственное противоречивое положение подростка чревато различными осложнениями в межличностных отношениях, которые выливаются в конфликты и принимают разнообразные формы протеста. Поэтому подростковый возраст иногда называют «трудным», «критическим».

Подростковый возраст является одним из главных периодов роста и формирования организма; в это время совершается перестройка деятельности всех органов и систем.

Л. С. Выготский говорит о том, что все согласно называют этот возраст возрастом полового созревания. Но вместе с тем это возраст созревания личности и мирозерцания.

**Актуальной проблемой** во все времена была проблема взаимоотношений между детьми и родителями. Все мы замечаем, как меняются наши дети. Некоторые говорят, что ребёнок сильно вырос, кто-то отмечает изменения характера: появились вспыльчивость, эмоциональная неуравновешенность, желание спорить и противоречить родителям даже по пустякам. Ребёнок становится «неудобным», с ним уже труднее договориться не всегда понятно, как поступить в некоторых ситуациях.

**Питча:** Король узнаёт, что его сын женится. Он возмущён, топает ногами, взмахивает руками, кричит на ближайшее окружение. Его лик ужасен,

а гнев не имеет границ. Он кричит своим поданным: «Почему не доложили, что сын уже вырос?»

Пока наши дети ещё рядом с нами, давайте попробуем разобраться, какие проблемы возникают в период подросткового возраста, как меняется система ценностей и интересов. И как вести себя с нашими такими уже взрослыми детьми.

### ***Упражнение «Ассоциации»***

Назовите слова-ассоциации к слову «подросток» (упрямство, трудный возраст, кризис, переходный возраст, конфликт, проблемы, взросление).

### ***«Портрет современного подростка»***

Ценнейшее психологическое приобретение этого возраста — открытие своего внутреннего мира. Это возраст быстрых перемен в теле, в чувствах, позициях и оценках, отношениях с родителями и сверстниками. Это время устремления в будущее, которое притягивает и тревожит, время, полное стрессов и путаницы. Для него характерен повышенный уровень притязаний, критическое отношение к взрослым. Ключевые переживания этого возраста — любовь и дружба. В это время формируется мировоззрение, начинается поиск смысла жизни. Центральное новообразование этого возраста — личностное самоопределение...

За любым проблемным поведением подростка стоят определенные мотивы. Причем, одно и то же поведение может быть вызвано разными мотивами. Например, агрессивное поведение может быть вызвано и стремлением к лидерству, и компенсацией повышенной тревожности. Поэтому в первую очередь необходимо выяснить *мотивы поведения*, только тогда подросток будет открыт для общения и пожелает изменить свое негативное поведение.

### ***Каковы же причины вызывающего поведения подростков?***

**1. Подросткам не хватает внимания взрослых,** которые вечно заняты. "Отстань!", "Не лезь!", "Не приставай!", "Надоел!" - часто слышит подросток. Семья не обеспечивает психологического комфорта, любви, поддержки, и подростки стремятся к лидерству среди своих сверстников.

**2. Высокий уровень тревожности.** В семье неправильно оценивают возможности ребенка: либо занижают возможности и способности ("Ничего хорошего из тебя не получится! Все равно не сможешь справиться с этим заданием"), либо завышают, когда родители ожидают очень высоких результатов, показывают повышенную обеспокоенность проблемами успеваемости, а подросток не может соответствовать родительским ожиданиям.

**3. Многим подросткам трудно совладать со своим холерическим темпераментом.** Такие дети нарушают дисциплину незаметно.

**4. Отсутствие душевной близости с родителями** гонит подростка из дома во двор, заставляет искать понимания с другими подростками или взрослыми.

Родители должны помнить, что ребенок воспитывается не только и не столько в процессе проводимых специально занятий, сколько всем укладом жизни семьи, той нравственной, духовной, социальной атмосферой, которая

царит в ней, характером и системой взаимоотношений между родителями, родителями и детьми. Здесь все имеет значение: как разговаривают отец с матерью, что и как они говорят об окружающих, своей работе и сослуживцах, родственниках и знакомых, какой порядок поддерживается в доме, как относятся к своим обязанностям и многое другое, из чего состоит жизнь семьи.

ТИПИЧНАЯ ФРАЗА	КАК НЕОБХОДИМО ГОВОРИТЬ
«Ты должен учиться!»	«Я уверен(-а), что ты можешь хорошо учиться»
«Ты должен думать о будущем!»	«Интересно, каким человеком ты хотел бы стать? Какую профессию планируешь выбрать?»
«Ты должен уважать старших!»	«Ты знаешь: уважение к старшим – это элемент общей культуры человека»
«Ты должен слушаться учителей и родителей!»	«Конечно, ты можешь иметь собственное мнение, но к мнению старших полезно прислушаться»
«Ты лжец!», «Ты опять врешь!»	«Мне жаль, что я опять выслушиваю неправду». «Мне не нравится, когда меня обманывают. Постарайся больше так не делать»

Для того чтобы подросток желал общаться с родителями, необходимо помнить, что основой общения родителей с детьми являются шесть принципов, которые можно записать в виде рецепта. Этот рецепт может стать основным законом воспитания в семье. Его содержание примерно такое: взять принятие, добавить к нему признание, смешать с определенным количеством родительской любви и доступности, добавить собственной ответственности, приправленной любящим отцовским и материнским авторитетом.

Анализируя перечисленные в рецепте главные принципы родительского воспитания, приходишь к пониманию того, что самым веским принципом является принцип принятия ребенка.

*Принятие ребенка* – когда ребенок понимает, что его любят несмотря ни на что. Принять ребенка – значит любить его не за отметку в дневнике или убранную без напоминания постель, а за сам факт его существования в этом мире. Опасно: безразличие и обман.

*Значимость ребенка* – это признание его значительность в существовании семьи.

*Признание ребенка* – это сохранение у ребенка чувства собственного достоинства и уверенности в себе, в своих силах. Родители поздравляют

своего ребенка с каждым, пусть маленьким, успехом, ободряют и поддерживают в минуты жизненных трудностей. Подросток должен чувствовать, что родители стараются понять все его поступки, даже неправильные, но при этом они ему не угрожают, а вместе разбирают возникшую ситуацию.

*Родительская любовь* – подросток нуждается в любви и ласке независимо от возраста. Детям нужно, чтобы их обнимали и целовали не менее 4 – 5 раз в день. В подростковом возрасте формируется личность, самооценка, осознание внутреннего мира и, самое главное, проектируется собственное видение будущей жизни и мера жизненных ценностей.

*Принцип доступности* – это значит, в любую минуту найти в себе силы отложить все свои дела, свою работу, чтобы пообщаться с подростком. Нельзя отмахиваться, нельзя списывать на занятость, нельзя переносить на «потом».

*Воспитание ответственности и самодисциплины* – формирование у подростка привычки быть ответственным за свои поступки и слова (уравновешенная и зрелая личность). Эти качества напрямую зависят от поведения родителей в семье, их способность проявить эти же качества в обыденной жизни.

*Авторитет родителей* – это кропотливый труд отца и матери. Это, прежде всего желание подростка говорить родителям правду, какой бы горькой для родителей она ни была. Так будут дети поступать в том случае, если родители объяснят им, что прожить жизнь, не совершая ошибок, невозможно.

Мы рассмотрели модели проблемного поведения подростков, проанализировали причины такого поведения, нашли пути решения данной проблемы.

Только не надо думать, что правильное воспитание столь трудно, что большинству людей совершенно недоступно. По своей трудности это дело доступно каждому человеку. Хорошо воспитать ребёнка может каждый, если он этого действительно хочет, кроме того, это дело приятное, радостное, счастливое.

### **Принципы толерантного общения**

**ДАЙТЕ СВОБОДУ!** Свыкнитесь с мыслью, что ваш ребенок уже вырос, и более удерживать его возле себя не удастся, а непослушание - это стремление выйти из-под вашей опеки.

**НИКАКИХ НОТАЦИЙ!** Больше всего подростка раздражают нудные родительские нравоучения. Измените, стиль общения, перейдите на

спокойный и вежливый тон и откажитесь от категоричных оценок и суждений. Поймите: ребенок имеет право на собственный взгляд, собственные ошибки и собственные выводы.

*ИДИТЕ НА КОМПРОМИСС!* Все равно ничего не удастся доказать с помощью скандала: здесь не бывает победителей.

*УСТУПАЕТ ТОТ, КТО УМНЕЕ!* Чтобы скандал прекратился, кто-то первый должен замолчать. Взрослому это сделать проще, чем подростку с неустойчивой психикой.

*НЕ НАДО ОБИЖАТЬ!* Прекращая ссору, не стремитесь сделать ребенку больно с помощью язвительных замечаний или хлопанья дверьми. Умению достойно выходить из трудных ситуаций подросток учится у вас.

*БУДЬТЕ ТВЕРДЫ И ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНЫ!* Несмотря на вашу готовность к компромиссу, подросток должен знать, что родительский авторитет незыблем.

### **Основные правила, которые необходимо учитывать взрослым при взаимодействии с подростками:**

1. Родительские установки не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка (потребностью в движении, познании, упражнении, общении со сверстниками, мнение которых он часто уважает больше, чем мнение взрослых).
2. Правила, ограничения, требования, запреты, должны быть согласованы взрослыми между собой. В противном случае дети предпочитают настаивать, ныть, вымогать, одним словом, начинают успешно манипулировать взрослыми.
3. Тон, которым сообщено требование и запрет, должен быть дружественным, разъяснительным, а не повелительным.
4. О наказаниях. От ошибок никто не застрахован, и настанет момент, когда Вам нужно будет отреагировать на явно плохое поведение подростка. Помните, что степень наказания должна соответствовать серьезности проступка, и здесь важно не переусердствовать. За один проступок наказываем один раз, а не припоминаем бесконечно чужие ошибки.

### **Необходимо выстраивать со своим ребёнком добрые, по возможности доверительные отношения. Чтобы этого достичь, нужно:**

1. Беседовать с подростком дружелюбно, в уважительном тоне. Сдерживать своё желание критиковать, а любой порыв ребёнка что-либо с Вами обсудить, поощрять. Демонстрируйте уважение к подростку, как к личности.
2. Быть одновременно твердым и добрым. Взрослый должен выступать в роли не судьи, а советчика.

3. Снимать излишний контроль. Контроль над подростком требует особого внимания взрослых. В случае гиперконтроля ответный гнев не приведёт к успеху, а скорее испортит отношения.
4. Поддерживать подростка. В отличие от награды поддержка нужна ребёнку даже тогда (и в первую очередь тогда), когда он не достигает успеха.
5. Иметь мужество. Изменение поведения требует практики, времени и терпения.
6. Демонстрировать доверие к подростку и уверенность в нём.

### **Как не стать его врагом?**

1. Главное в отношениях с подростком - ничего не «играть», а почувствовать настоящую готовность подстраиваться под постоянно меняющиеся ситуации и настроения, иметь гибкую позицию по отношению к мнениям и взглядам ребёнка и уважать любые проявления его личности.
2. Время безоговорочного авторитета взрослых безвозвратно ушло, поэтому командовать и руководить больше не получится. Эта тактика обречена на проигрыш. Вместо этого регулятором отношений будет являться ваш авторитет, статус и конкретные действия.
3. Одной из особенностей подросткового возраста является потребность в риске, чаще всего продиктованном желанием самоутвердиться. Это трудно принять, но единственный способ избежать больших проблем - быть готовым открыто обсуждать эти темы с ребёнком, говорить с ним на его языке и вместе находить иные пути для самоутверждения.
4. Важным будет умение сохранять чувство юмора и оптимизм. Подросток воспринимает многое из происходящего с ним с большой долей трагизма. Поэтому ваше умение разрядить ситуацию может сыграть здесь роль «громоотвода». Только не нужно высмеивать ребёнка или подшучивать над его чувствами. А вот посмотреть на любую ситуацию с позиции позитива будет полезно.
5. Если подросток захочет задать вопрос об отношениях с кем бы, то ни было или спросить о том, что его волнует, не отказывайте ему в совете, но помните, что каждый вправе поступить так, как считает нужным.

### **Правила «заключения» договоров с подростком:**

1. Договариваться нужно «на берегу» - до того, как ребёнок пойдёт гулять, в гости к друзьям, и т.д. Если Вы не успеете договориться вовремя – поезд ушёл. Бессмысленно требовать от ребёнка то, о чём заранее не договаривались.
2. Сразу определить, что является «штрафом» несоблюдения договора. Лучше всего штрафом выбрать уменьшение часов на встречи и прогулки с друзьями

или проведение времени в Интернете, или наказание в виде непосещения любимого кружка, спортивной секции. Помните – ограничивая ребёнка, Вы повышаете значимость того, в чём ему отказываете.

3. В случае несоблюдения договора, Вы жёстко (не жестоко, а твёрдо и уверенно) напоминаете ребёнку об условиях договора и снова спокойно проговариваете вслух условия вашего договора («Спокойствие, только спокойствие», как говорил Карлсон). После этого Вы назначаете день, в который вступает в действие заранее оговоренный «штраф»: без эмоций, без торжества, без сожаления, без мстительных ноток в голосе (зачем эмоции – Вы же взрослый, опытный человек, который уже прошёл подростковый период и умеет себя сдерживать).

### **Что нельзя говорить ребёнку**

1. Остерегайтесь говорить подростку: «Ерунда, не стоит внимания». Подростки воспринимают окружающее гораздо острее, они еще не привыкли к мелким подлостям жизни. То, что кажется вам пустяком, для них может стать трагедией.

2. Избегайте фраз, которые можно истолковать буквально. Фразу «И зачем я тебя родила?» подросток может воспринять как то, что вы хотите его смерти.

3. Подросток должен быть уверен, что его любят, несмотря на то, что он делает что-то не так. «Меня не устраивают твои поступки, но не ты сам» - вкладывайте этот смысл во все ваши выговоры.

4. Даже в порыве гнева не говорите вашему ребёнку, что вы от него устали, что он вас раздражает, и самое страшное - что вы его ненавидите... Не срывайте на подростке злость. В период полового созревания его нервы постоянно на пределе. Вашу ругань он может принять как сигнал «уйти навсегда». Что будет с вами?

### **Прислушайтесь к советам своих детей!**

Чем проповедь выслушивать, мне лучше бы взглянуть.

И лучше проводить меня, чем указать мне путь.

Глаза умнее слуха - поймут все без труда.

Слова порой запутаны, пример же - никогда.

Тот лучший проповедник, кто веру в жизнь провёл.

Добро увидеть в действии - вот лучшая из школ.

И если все мне рассказать, я выучу урок.

Но мне ясней движенье рук, чем быстрых слов поток.

Должно быть, можно верить и умным словесам.

Но я уж лучше погляжу, что делаешь ты сам.

Вдруг я неправильно пойму прекрасный твой совет.

Зато пойму как ты живешь: по правде или нет.

### **Методика реагирования на раздражения и конфликтность подростка:**

**1. Дайте ему высказать свои возражения**, пока его ворчание и слова не перешли в крик, слёзы и истерику. Если дошло дело до истерики, дайте ему прокричаться и выплеснуть свои эмоции по максимуму. Оставьте свои обиды – Вы же не маленький ребёнок, а взрослый человек, не принимайте близко к сердцу всё сказанное Вашим ребёнком – постоянно помните об изменениях его организма, не жалейте его, не ругайте, всем своим видом подавайте пример спокойствия и рассудительности. Учите его быть взрослым на собственном примере и тогда Вы станете для него авторитетом. Итак, теперь поймите момент, когда ребёнок успокоится и сделает выжидательную паузу. В этот момент нужно делать следующий шаг.

**2. Спокойно спросить – чем именно ребёнок недоволен**, почему он не согласен и какой путь решения он видит. Подчеркнуть, что вариант решения проблемы должен быть выгоден и Вам и ему – вы же теперь взрослые люди и должны учитывать права друг друга.

**3. Выслушать его, не перебивая** (это очень важно!) и начать объяснять свою позицию словами – «Я тебя понимаю, но тогда что делать мне....?» и объяснить «невыгодность» своей позиции, но учтите - она по-настоящему должна быть невыгодней позиции Вашего ребёнка.

**4. Выслушать подростка ВНИМАТЕЛЬНО**, если ему есть что сказать, если нет – резюмировать: «Я предлагаю сделать так-то и так»... и озвучить позицию наиболее выгодную для вас обоих.

Повторить эту методику до полной договорённости точно по инструкции, не срываясь, не делая вид, а внимательно слушая, искренне воспринимая подростка, как равного Вам в правах взрослого человека.

С первого раза может не всё пойти гладко и что-то может совсем не получиться, но, как известно – практика, практика и ещё раз практика!

Не исключены сейчас Ваши возмущения: «это легко со стороны сказать, а вы попробуйте с моим», «мой ребёнок не такой – с ним невозможно договориться», «он ещё ничего не понимает, мне лучше знать, что ему надо»...

## Памятка для родителей.

### 1. Если ребенок упрямится и не выполняет ваших просьб.

- попытайтесь понять, принять, помочь. Это основа психолого-педагогического подхода к трудному подростку. Хотите, чтобы ребенок сделал то, что вам нужно, сделайте так, чтобы он сам захотел этого;
- демонстрируйте ребенку свою любовь, обнимайте его и говорите ему ласковые слова. Подчеркивайте, что вы любите своего ребенка просто так, за то, что он есть на свете;
- сохраняйте спокойствие. Не вымещайте на ребенке свое бессилие и злобу, не демонстрируйте ему модель агрессивного поведения;
- определите круг обязанностей по дому, чаще хвалите за помощь. Напоминайте, что вам важна его помощь. Это поможет развить его волевые качества;
- оцените возможности ребенка, может ли он соответствовать вашим требованиям. Может быть, ваши ожидания от ребенка завышены?
- постепенно перекладывайте на ребенка ответственность за сделанные уроки и домашние поручения. Учиться должен ребенок, а не вы;
- излишне подвижные дети увлеченно выполняют задания с "изюминкой". Больше давайте им творческих заданий, чередуя их с подвижными видами деятельности.

### 2. Если ссора все-таки разгорелась.

- Не создавайте "революционную ситуацию", а если создали, разрешайте ее мирным путем.
- Проявите гибкость, измените подход к проблеме, попробуйте посмотреть на ситуацию глазами ребенка.
- Не надо искать виноватого. Спасительная формула для выхода из ссоры: "Мы ссоримся - значит, мы все неправы! Давай подумаем - в чем".
- Управляйте своими эмоциями, переключите их на физические упражнения. Не теряйте чувства юмора, часто мы смотрим на все, что происходит с нами в быту, слишком серьезно. Человек, владеющий чувством юмора, умеет создать комфортное веселое настроение в самые напряженные моменты. Шутка, розыгрыш - отличные средства для того, чтобы овладеть своим раздражением.

### 3. Если ребенок ушел из дома

- Не паникуйте. Вспомните, что предшествовало его уходу. Выясните, кто видел его последним. Проанализируйте поведение и высказывания ребенка накануне ухода.

- Для исключения разного рода несчастных случаев наведите справки в "Скорой помощи" и милиции.
- Соберите сведения об его друзьях и знакомых, местах возможного пребывания. Не поленитесь по возможности их проверить. Выясните, о чем были разговоры, каковы были намерения ребенка в моменты последних встреч с друзьями.
- При обнаружении местонахождения ребенка не спешите врываться туда и насильно его вытаскивать - результат может быть противоположен ожидаемому. Если он находится там не один, побеседуйте со всеми, попробуйте сделать их своими союзниками.
- Вступите с ребенком в переговоры, убедите его выслушать вас и выслушайте его. При разговоре будьте внимательны, предельно откровенны и справедливы. Не прерывайте ребенка, дайте ему выговориться, даже если это будут сплошные обвинения в ваш адрес.
- Если вы в чем-то виноваты, признайте свои ошибки и попросите прощения.
- Старайтесь не обсуждать сложившуюся ситуацию и ее последствия, а обсуждайте пути выхода из нее и варианты вашей дальнейшей жизни.
- В дальнейшем не укоряйте ребенка и старайтесь не возвращаться к обсуждению случившегося. Тем более не стоит рассказывать обо всем родственникам и друзьям. Не исключено, что ваши отношения с ребенком со временем восстановятся, а в их глазах он надолго останется непутевым.
- Попытайтесь помочь ребенку в восстановлении прерванных связей - в возвращении на учебу, работу и т.д. Делитесь с ним своими планами и заботами. Это воспримется им как оказание доверия.

**Рекомендации для родителей:**

1. Будьте всегда чуткими к делам своих детей
2. Анализируйте с детьми причины их удач и неудач
3. Поддерживайте ребенка, когда ему нелегко
4. Старайтесь не ограждать подростка от трудностей
5. Научите преодолевать трудности
6. Сравнивайте своего ребенка **только с ним самим!!!**, обязательно отмечая продвижение вперед
7. Постоянно контролируйте ребенка, но без гиперопеки по принципу: «Доверяй, но проверяй!»
8. Поощряйте даже едва-едва возникшие потребности в знаниях, в гармонии и красоте, в самоактуализации (развитие собственной личности)
9. Информировать своего ребенка о **границах** материальных потребностей и напоминайте, что духовные потребности должны развиваться постоянно
10. Замечайте любое положительное изменение в развитии личности ребенка
11. Рассказывайте ребенку о своих проблемах, о том, что волновало Вас, когда Вы сами были в их возрасте
12. Покупайте своему ребенку книги по психологии, самопознанию
13. Будьте всегда личным примером (учите делами, а не словами)
14. **Помните**, что только личным примером можно что-то изменить в лучшую сторону, т.к. самоактуализация передается от родителей к детям. **У творческих родителей всегда неординарные дети.**
15. Разговаривайте с детьми как с равными, уважая их мнение, избегая нравоучений, криков, назидательности и уж тем более иронии
16. Советуйте ребенку следить за своей внешностью: одеждой, прической, личной гигиеной
17. Ни в коем случае не запрещайте подростку отношений с противоположным полом, не пресекайте разговоры на темы взаимоотношений мальчиков и девочек, чтобы избежать недоверия между вами.
18. Воспитывайте естественное отношение к проблемам взаимоотношения полов, простое, здоровое, которое позволит создать в будущем нормальную семью.
19. Чаще рассказывайте своим детям о том, какие у Вас были взаимоотношения с противоположным полом в 14-15 лет, делая акцент на благородстве, культуре чувств, уважении друг к другу, ответственности друг за друга.
20. Вашему ребенку будет интересно узнать, как познакомились его родители, как развивались из отношения.

- 21.Познакомьтесь с друзьями своего ребенка, просите их информировать Вас о способах времяпровождения, но не превращайтесь в шпиона, следящего за каждым шагом ребенка.
- 22.**Помните: недоверие оскорбляет!!!**
- 23.Следите за тем, какие книги читает Ваш ребенок, какие фильмы смотрит. Постарайтесь оградить его от тех, которые могут вызвать приступы агрессии или девиантного поведения.
- 24.Будьте всегда для своего ребенка прежде всего старшим, мудрым другом и только потом любящей(им) мамой(папой)

### Список литературы

1. Борба М. Нет плохому поведению. М., 2006
2. Вачков И. Королевство разорванных связей. М., 2001
3. Свердлова О. Вы любите меня? // Воспитание школьников. 2008. №1.
4. Черных О.Г., Малюгина В.А. Родительские собрания: 8 класс. М.: ВАКО, 2008.
5. Диреклеева Н.И. Новые родительские собрания: 5 – 9 классы. М.: ВАКО, 2008.
6. В мире подростка/ Под ред. А. А. Бодалева.- М., Медицина,1980.- с.15-28, 170-282.
7. Возрастная и педагогическая психология: Учебник для студентов пед. институтов/ В. В. Давыдов, Т. В. Драгунова, Л. Б. Ительсон и др.; Под ред.А. В. Петровского.- 2-е изд., испр. и доп.-М.: Просвещение, 1979.- с.125-133.
8. Возрастная психология: Детство, отрочество, юность: Хрестоматия: Учеб. пособие для студ. пед. вузов/ Сост. и науч. ред. В. С. Мухина, А. А. Хвостов.- М.: Издательский центр «Академия», 2001.- с.493-500.
9. Осорина М. В. Зачем дети строят штабы?// Возрастная и педагогическая психология: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/ Сост. И. В. Дубровина, А. М. Прихожан, В. В. Зацепин.- М.: Издательский центр «Академия», 2001.-с.355-359.
- 10.Столяренко Л. Д. Основы психологии. Издание третье, переработанное и дополненное. Серия «Учебники, учебные пособия». Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000.- с.636-643.

# УДОСТОВЕРЕНИЕ

о повышении квалификации

Андреенков Андрей Валерьевич

ООО «Центр инновационного образования и воспитания»

Образовательная программа включена в информационную базу образовательных программ ДПО для педагогических работников, реализуемую при поддержке Минобрнауки России.

Город Саратов.  
Дата выдачи: 11 11 2022

463-2220591

Прошёл(ла) обучение по программе повышения квалификации

«Основы обеспечения информационной безопасности детей» в объеме 36 часов.

Генеральный директор



Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

**Андреенков  
Андрей Валерьевич**

**с «05» апреля 2023 года по «17» апреля 2023 года**  
прошел(а) повышение квалификации в (на)

**Межрегиональном центре дополнительного  
профессионального образования**

**«СЭМС»**

по дополнительной профессиональной программе

**«Современные образовательные технологии  
дополнительного образования детей и взрослых»**

в объёме **72 часа**

## УДОСТОВЕРЕНИЕ

О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

**022418690600**

*Документ о квалификации*

Регистрационный номер

**23-352-НК-02**

Города

**Краснодар**

Дата выдачи

**17.04.2023г.**



*Руководитель*  
*Секретарь*