**Советы педагога-психолога родителям по установлению эффективного взаимодействия с подростками.**

Основные психологические моменты подросткового возраста:

1.Обострение чувства взрослости;

2. Желание вырваться из-под опеки родителей;

3. Жажда общения со сверстниками – группирование;

**Рекомендации**:

**1.** ПОКАЗЫВАТЬ И ДОКАЗЫВАТЬ, что вы любите ребенка  просто так!

Пример: вы можете проявить словами: «ты мне нужен, ты нам дорог, я люблю, когда ты дома».

**2.** Спокойный РОВНЫЙ тон общения при критике:  подростки обращают внимание на тон общения, на крик и повышенный тон разговора, часто могут ответить тем же - раздражением. Обсуждение - НЕ нотация!  (подростки тяжело воспринимают нотации: «Мы же взрослые»). Часто отключаются и перестают воспринимать.

**3.Важно:**дисциплина НЕ ДО, а после установки позитивных отношений и на базе их.

**4 .** Отделяйте поступок от того, кто его совершает.

Можно выражать свое недовольство ОТДЕЛЬНЫМИ действиями ребенка, но не ребенком в целом. Избегайте ставить штампы: плохой, лентяй, неумёха. Задавайте вопросы, ведущие ребёнка к пониманию последствий действий.

**Неверно**: опять двойка, лентяй.

**Верно:** что ты можешь сделать для исправления оценки, когда?

**5**.  Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перерастает в неприятие его.

  Важно отмечать то, что ваш ребенок делает хорошо.

**6.** Не выполняйте за ребенка то, что он может сделать сам.

**7**.Уважайте ПРАВО выбора подростка.

**8.**Пусть ваш ребенок почувствует, что его ценят по достоинству: советуйтесь с ним.

**9.**Правило: Относитесь к детям уважительно: не поучайте детей в присутствие сверстников!

**Памятка для родителей по повышению мотивации обучения у подростка.**

1. Чёткое постановление цели перед учениками, чего мы хотим добиться, какими знаниями обладать.

2. Определение и оглашение сроков реализации поставленной цели (оглашение и обсуждение времени на выполнение работы, задания, изучения темы). Когда я это исправлю, выучу?

3.  По возможности, прикладная направленность обучения. ( Зачем мне это надо знать, как я это применю в жизни?).

4. Чёткое и своевременное отслеживание результатов деятельности собственного ребёнка в процессе всей работы (учёбы).

5. Предъявление посильных требований к подростку. (Зато я могу…).

6. Разработка методики поощрения (похвала при всей семье) «Хвали за дело - стимулируй мотивацию».                                                                                                                                    7. Позитивная направленность действий (обучения), регулярная поддержка.

Доброе слово и дельный совет лучше порицания.

8. Формирования положительного стимула. Наказание положительных эмоций не вызывает.

9. Привлекательность мотиваций. Положительная направленность посредством манипуляции:

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 ).

10. Так как ведущая деятельность подростка – общение, группирование, обучение должно происходить через общение. Оцените положительные действия ребёнка, спросите мнение по предмету, обсудите с ним предмет.

11. Не сравнивайте результаты обучения вашего подростка с ребятами из класса, это может привести к раздражению первого.

Педагог-психолог Мартынюк В.Ф.

**.**