

Рекомендации по работе с агрессивными детьми.

1. Быть внимательным к нуждам и потребностям ребенка.
2. Демонстрировать модель не агрессивного поведения.
3. Быть последовательным в наказании ребенка, наказывать за конкретные поступки.
4. Наказание не должно унижать ребенка.
5. Развивать способности к эмпатии.
6. Расширять поведенческий репертуар.
7. Учить брать на себя ответственность.
8. Отрабатывать навыки реагирования в конфликтных ситуациях.

Правила на пути к самооценке

- 1 Признайтесь себе в сильных и слабых сторонах и сформулируйте свои цели.
2. Всегда помните об успехах прошлых, пусть даже и маленьких
3. Чувство вины и стыда не помогает добиваться успеха
- 4 Критикуйте себя , но ищите в критике положительные моменты
- 5 Смотрите на себя и других реальными глазами
- 6 Никогда не говорите о себе плохо. Это разрушает личность
- 7 Если рядом с другими вы не чувствуете себя полноценно не тратьте время на них.
- 8 Старайтесь хвалить себя за успешные дела. Раньше, чем это сделают другие
9. Старайтесь бороться с любыми препятствиями на своем пути. Учись преодолевать себя.

Подсказка для родителей подростка.

Подростковый возраст связан с большим количеством трудностей и проблем. Чтобы он прошел менее болезненно, используйте эти подсказки.

1. Одобряйте подростка и поддерживайте его сильные стороны. Напоминание о недостатках может сильно затормозить общение подростка с родителем.
2. Способствуйте развитию самостоятельности у подростка, не усиливайте зависимость от вас. Родители должны подводить детей к самостоятельному принятию решений.
3. Избегайте громких фраз и проповедей. Старайтесь разговаривать, а не читать лекции.
4. Смиритесь с личностной нестабильностью подростка. Этот возраст полон противоречий и беспокойства. Поведение подростка изменчиво, непредсказуемо и это естественно.
5. Не пытайтесь сопротивляться многочисленным знакомствам. У подростков повышенная потребность в общении, так как от сверстников узнает, заслуживает ли он уважения и внимания.
6. Любите своего ребенка. Подростки нуждаются в родительской ласке. Если родители постоянно недовольны и суровы, то ребенок будет испытывать неуверенность, неловкость среди сверстников.