

СТРАТЕГИЯ ПОМОЩИ ПОДРОСТКУ В ЗАТРУДНИТЕЛЬНОЙ (СТРЕССОВОЙ) СИТУАЦИИ.

1.ВЫСЛУШИВАЙТЕ – «Я слышу тебя». Не пытайтесь утешить словами типа: «Не все так плохо, тебе станет лучше». Дайте ему возможность высказаться. Задавайте вопросы, внимательно слушайте.

2.ОБСУЖДАЙТЕ - открытое обсуждение планов и проблем снимает тревожность. Не бойтесь говорить об этом – большинство людей чувствует неловкость, говоря о своих проблемах, и это проявляется в отрицании и избегании этой темы. Беседы не могут усугубить состояние, тогда как избегание этой темы увеличивает тревожность, подозрительность.

3. БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ к косвенным показателям эмоционального неблагополучия. Каждое шутливое упоминание или угрозу следует воспринимать всерьез. Подростки часто отрицают, что говорили всерьез, пытаются высмеивать взрослого за его излишнюю тревожность, могут изображать гнев. Скажите, что Вы принимаете их всерьез.

4.ЗАДАВАЙТЕ ВОПРОСЫ - обобщайте, проводите рефрейминг – «такое впечатление, что ты на самом деле говоришь о...», Если Вы получаете утвердительный ответ, переходите на конкретику. Недосказанное, затаенное постарайтесь сделать явным. Помогите подростку открыто говорить о своих замыслах.

5.ПОДЧЕРКИВАЙТЕ ВРЕМЕННЫЙ ХАРАКТЕР ПРОБЛЕМ. Признайте, что его чувства очень сильны, проблемы сложны – узнайте, чем Вы можете помочь. Поскольку он Вам уже доверяет, узнайте, кто еще мог бы помочь ему в этой ситуации.

Желаем взаимопонимания и взаимодоверия!

СТРАТЕГИЯ ПОМОЩИ ПОДРОСТКУ В ЗАТРУДНИТЕЛЬНОЙ (СТРЕССОВОЙ) СИТУАЦИИ.

1.ВЫСЛУШИВАЙТЕ – «Я слышу тебя». Не пытайтесь утешить словами типа: «Не все так плохо, тебе станет лучше ...». Дайте ему возможность высказаться. Задавайте вопросы, внимательно слушайте.

2.ОБСУЖДАЙТЕ - открытое обсуждение планов и проблем снимает тревожность. Не бойтесь говорить об этом – большинство людей чувствует неловкость, говоря о своих проблемах, и это проявляется в отрицании и избегании этой темы. Беседы не могут усугубить состояние, тогда как избегание этой темы увеличивает тревожность, подозрительность.

3. БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ к косвенным показателям эмоционального неблагополучия. Каждое шутливое упоминание или угрозу следует воспринимать всерьез. Подростки часто отрицают, что говорили всерьез, пытаются высмеивать взрослого за его излишнюю тревожность, могут изображать гнев. Скажите, что Вы принимаете их всерьез.

4.ЗАДАВАЙТЕ ВОПРОСЫ - обобщайте, проводите рефрейминг – «такое впечатление, что ты на самом деле говоришь о...», Если Вы получаете утвердительный ответ, переходите на конкретику. Недосказанное, затаенное постарайтесь сделать явным. Помогите подростку открыто говорить о своих замыслах.

5.ПОДЧЕРКИВАЙТЕ ВРЕМЕННЫЙ ХАРАКТЕР ПРОБЛЕМ. Признайте, что его чувства очень сильны, проблемы сложны – узнайте, чем Вы можете помочь. Поскольку он Вам уже доверяет, узнайте, кто еще мог бы помочь ему в этой ситуации.

Желаем взаимопонимания и взаимодоверия!

СТРАТЕГИЯ ПОМОЩИ ПОДРОСТКУ В ЗАТРУДНИТЕЛЬНОЙ (СТРЕССОВОЙ) СИТУАЦИИ.

1.ВЫСЛУШИВАЙТЕ – «Я слышу тебя». Не пытайтесь утешить словами типа: «Не все так плохо, тебе станет лучше ...». Дайте ему возможность высказаться. Задавайте вопросы, внимательно слушайте.

2.ОБСУЖДАЙТЕ - открытое обсуждение планов и проблем снимает тревожность. Не бойтесь говорить об этом – большинство людей чувствует неловкость, говоря о своих проблемах, и это проявляется в отрицании и избегании этой темы. Беседы не могут усугубить состояние, тогда как избегание этой темы увеличивает тревожность, подозрительность.

3. БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ к косвенным показателям эмоционального неблагополучия. Каждое шутливое упоминание или угрозу следует воспринимать всерьез. Подростки часто отрицают, что говорили всерьез, пытаются высмеивать взрослого за его излишнюю тревожность, могут изображать гнев. Скажите, что Вы принимаете их всерьез.

4.ЗАДАВАЙТЕ ВОПРОСЫ - обобщайте, проводите рефрейминг – «такое впечатление, что ты на самом деле говоришь о...», Если Вы получаете утвердительный ответ, переходите на конкретику. Недосказанное, затаенное постарайтесь сделать явным. Помогите подростку открыто говорить о своих замыслах.

5.ПОДЧЕРКИВАЙТЕ ВРЕМЕННЫЙ ХАРАКТЕР ПРОБЛЕМ. Признайте, что его чувства очень сильны, проблемы сложны – узнайте, чем Вы можете помочь. Поскольку он Вам уже доверяет, узнайте, кто еще мог бы помочь ему в этой ситуации.

Желаем взаимопонимания и взаимодоверия!

СЕМИНАР- ПРАКТИКУМ

Сотрудничество семьи и школы в период подготовки к итоговой аттестации



Многое, из того, что нам взрослым, кажется пустяком, для ребенка – глобальная проблема.

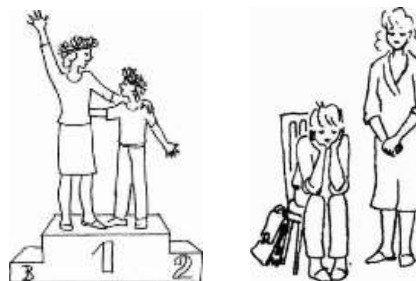
Обязанность любого воспитателя, будь то педагог или родитель, - не допустить у ребенка мысли о том, что выхода из сложной ситуации нет.

Задача взрослых: выработать конструктивное отношение к экзамену, научить детей воспринимать экзамен не как испытание, а как возможность проявить себя, приобрести экзаменационный опыт.

Март, 2016г.

СЕМИНАР - ПРАКТИКУМ

Сотрудничество семьи и школы в период подготовки к итоговой аттестации



Многое, из того, что нам взрослым, кажется пустяком, для ребенка – глобальная проблема.

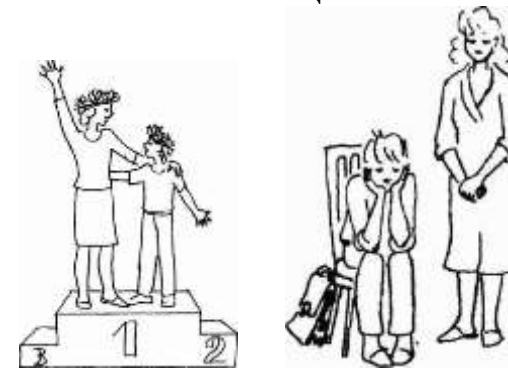
Обязанность любого воспитателя, будь то педагог или родитель, - не допустить у ребенка мысли о том, что выхода из сложной ситуации нет.

Задача взрослых: выработать конструктивное отношение к экзамену, научить детей воспринимать экзамен не как испытание, а как возможность проявить себя, приобрести экзаменационный опыт.

Март 2016г.

СЕМИНАР - ПРАКТИКУМ

Сотрудничество семьи и школы в период подготовки к итоговой аттестации



Многое, из того, что нам взрослым, кажется пустяком, для ребенка – глобальная проблема.

Обязанность любого воспитателя, будь то педагог или родитель, - не допустить у ребенка мысли о том, что выхода из сложной ситуации нет.

Задача взрослых: выработать конструктивное отношение к экзамену, научить детей воспринимать экзамен не как испытание, а как возможность проявить себя, приобрести экзаменационный опыт.

27. март 2016г.