

**Четыре замечательных способа переключения негативных чувств, которые временами захлестывают детей, на социально приемлемые действия.**

---

1. Дать возможность выговориться и тем самым превратить недовольство в душе в слова.
2. Четко обозначить словами свои негативные чувства. После такого пристального наблюдения они обычно исчезают.
3. Смоделировать выход из ситуации.
4. Регулярно играть в развивающие игры на уроке, чтобы снять напряжение и немного расслабиться.

Рекомендации  
педагога-психолога

---

# **Отношения учителя и подростка В: как избежать К**

## Шесть принципов, которые могут очень помочь вам в дисциплинировании ученика без риска потерять контакт с ним и испортить отношения:

1. Отделите чувства от действий. Не судите самого ребенка, даже если его действия достойны осуждения. Ребенок непременно должен понимать, что его самого любят, но что его действия неприемлемы и должны быть улучшены. Любые действия являются результатом чувств. Чтобы изменить поступки, прежде всего нужно понять чувства и научиться с ними обращаться.

2. Ответьте на чувства ребенка. Создайте такие условия, чтобы ребенок мог выговориться, "выпустить пар", дать выход своим эмоциям. То есть освободиться от враждебных чувств, которые он пытался подавить.

3. Если необходимо наказание, пусть ребенок сам его выберет. Практика показывает, что дети обычно выбирают более строгое наказание, чем хотел предложить учитель. Но - что очень важно - они уже не считают его жестоким и несправедливым.

4. Наказывая ребенка, убедитесь, что он понимает, за что. Что он винит в этом себя, а не тех, кто его наказывает. Помогите ему понять, что правилам группового поведения следует повиноваться так, же неукоснительно, как правилам спортивной игры.

5. Сделайте так, чтобы дисциплинарные проблемы были не вашими, взрослыми, проблемами, а общими с детьми. Дайте ребенку знать, что вы чувствуете их как взаимные проблемы. Это поможет вам как самим отделиться от проблемы, так и отделить ее от ребенка. Тогда вы сможете поместить ее в некоторое отдаление отмоете исследовать ее, работать над ней. Поняв, что у проблемы есть внешняя точка отсчета, ребенок не станет превращать дисциплинарную ситуацию в межличностный конфликт.

6. Наложите ограничения на опасные и

1. Отделите чувства от действий. Не судите самого ребенка, даже если его действия достойны осуждения. Ребенок непременно должен понимать, что его самого любят, но что его действия неприемлемы и должны быть улучшены. Любые действия являются результатом чувств.

### Общие способы, с помощью которых подростки и учителя, привычно пытаются манипулировать друг другом.

1. **МАНИПУЛЯТИВНЫЕ СПОСОБЫ ПОДРОСТКОВ**  
"выпустить пар", дать выход своим эмоциям. То есть освободиться от враждебных чувств, которые он пытался подавить.

2. **ПЛАЧ** - когда плачут что-либо, они ноют и плачут.

3. Если необходимо наказание, пусть ребенок сам его выберет. Практика показывает, что дети обычно выбирают более строгое наказание, чем хотел предложить учитель. Но - что очень важно - они уже не считают его жестоким и несправедливым.

4. **НАКАЗЫВАНИЕ** - никто не сделал домашнего задания»; «А Вы не понятно объясняете, не то что Марья Ивановна».

5. **ВЫМОГАТЕЛЬСТВО** (или шантаж). "Я сказала учителю, что вы должны следовать моим правилам, если я сделаю домашнее задание, то вы поставите мне хорошую оценку».

6. **НАСТРАИВАНИЕ** одного учителя против другого.  
5. Сделайте так, чтобы дисциплинарные проблемы были не вашими, взрослыми, проблемами, а общими с детьми. Дайте ребенку знать, что вы чувствуете их как взаимные проблемы. Это поможет вам как самим отделиться от проблемы, так и отделить ее от ребенка. Тогда вы сможете поместить ее в некоторое отдаление отмоете исследовать ее, работать над ней. Поняв, что у проблемы есть внешняя точка отсчета, ребенок не станет превращать дисциплинарную ситуацию в межличностный конфликт.

7. **ПОДАВЛЕННОЕ СОСТОЯНИЕ** - власть в де-юре принадлежит учителю, но в де-факто - ребенок не станет превращать дисциплинарную ситуацию в межличностный конфликт.

8. **ПОДАВЛЕННОЕ СОСТОЯНИЕ** - власть в де-юре принадлежит учителю, но в де-факто - ребенок не станет превращать дисциплинарную ситуацию в межличностный конфликт.

6. Наложите ограничения на опасные и разрушительные действия. Помогите ребенку направить свои действия по другим, дозволенным

1. Отделите чувства от действий. Не судите самого ребенка, даже если его действия достойны осуждения. Ребенок непременно должен понимать, что его самого любят, но что его действия неприемлемы и должны быть улучшены. Любые действия являются результатом чувств. Чтобы изменить поступки, прежде всего нужно понять чувства и научиться с ними обращаться.

2. Ответьте на чувства ребенка. Создайте такие условия, чтобы ребенок мог выговориться, "выпустить пар", дать выход своим эмоциям. То есть освободиться от враждебных чувств, которые он пытался подавить.

3. Если необходимо наказание, пусть ребенок сам его выберет. Практика показывает, что дети обычно выбирают более строгое наказание, чем хотел предложить учитель. Но - что очень важно - они уже не считают его жестоким и несправедливым.

4. Наказывая ребенка, убедитесь, что он понимает, за что. Что он винит в этом себя, а не тех, кто его наказывает. Помогите ему понять, что правилам группового поведения следует повиноваться так, же неукоснительно, как правилам спортивной игры.

5. Сделайте так, чтобы дисциплинарные проблемы были не вашими, взрослыми, проблемами, а общими с детьми. Дайте ребенку знать, что вы чувствуете их как взаимные проблемы. Это поможет вам как самим отделиться от проблемы, так и отделить ее от ребенка. Тогда вы сможете поместить ее в некоторое отдаление отмоете исследовать ее, работать над ней. Поняв, что у проблемы есть внешняя точка отсчета, ребенок не станет превращать дисциплинарную ситуацию в межличностный конфликт.

6. Наложите ограничения на опасные и